



*Tibetan Buddhist Resource Center*

**Text Scan Input Form - Title Page**

<b>Work:</b>	W1KG15927	<b>ImageGroup:</b>	I1KG16185
<b>LCCN:</b>	n/a	<b>ISBN:</b>	n/a

<b>Title:</b>	ཕར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོའི་ཐལ་ཕྱེང་ནོར་བུའི་དོ་ཤལ། phar phyin skabs dang po'i thal phreng nor bu'i do shal/
<b>Author:</b>	n/a
<b>Descriptor:</b>	n/a
<b>Original Publication:</b>	'phags yul kirti'i byes pa grwa tshang gi deb;spyi'i 'don thengs 105-106
<b>Place:</b>	dharamsala, h.p.
<b>Publisher:</b>	'phags yul kirti'i byes pa grwa tshang /
<b>Date:</b>	2010
<b>Volume:</b>	2
<b>Total Volumes:</b>	2
<b>TBRC Pages:</b>	2
<b>Introductory Pages:</b>	n/a
<b>Text Pages:</b>	n/a
<b>Scanning Information:</b>	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 12/2013



༡༡༡། བར་བྱིན་སྐབས་དང་པོའི་ཟལ་ཐེང་  
ནོར་བུའི་དོ་མལ།

སྒྲིབ་ཆ།

འཕགས་ལུ་ལ་གྱི་ཉི་འུ་མེ་མ་ལ་བྱ་ཚང་ནས་འབྲེམས་སྡེ་ལ་བྱས།





༄༅། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོའི་བལ་ཕྱེང་ནོར་བུའི་དོ་གལ།

སྒྲུང་ཆ།

འཕགས་ཡུལ་གཏི་ཏི་བྱེས་པ་གྲུ་ཚང་ནས་འགྲེམས་སྤེལ་བྱས།





# འཇམ་མཁའ་འཕྲིན་ལྷ་མོ།

## འཇམ་མཁའ་འཕྲིན་ལྷ་མོ་གྲགས་པའི་འཕྲིན་ལྷ་མོ།

༡༡། སྐབས་མཆོག་ལྷ་གྲགས་གཞིགས་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཆང་གི་ཞལ་གདམས་ལས། དོན་ལ་དཔུང་  
 ཅིང་ཚོད་པ་དང་། གནད་ལ་ཕྱིགས་པའི་གོ་བ་དང་། རིགས་པའི་བདར་ག་གཅོད་པ་བཅས། ཡུ་བྲལ་མ་  
 སོང་བུང་འབྲེལ་ལ། བཞེན་ནས་རང་གཞན་གྲུབ་པའི་མཐའ། བཞེད་དོན་ཇི་བཞིན་རིག་པ་ཡི། མཁས་  
 པའི་གོ་འཕང་རིང་མིན་ཐོབ། ཅེས་གཞུང་ཆེན་མོར་སློབ་གཉེར་ཇི་ལྟར་གནང་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་  
 ཞལ་གདམས་ལྟར་ཆོས་རའི་ནང་གཞུང་ཆེན་མོར་སློབ་གཉེར་གྱི་འདུག་སྟོང་པོ་ནི་སྤྱི་མཐའ་དཔྱད་ཀྱིས་  
 མཆོན་གཞུང་ཆེན་མོའི་ཆོག་དོན་ལ་དཔུང་པའི་ཐལ་ཕྱེང་གི་བྱུང་མཐའ་སློབ་སྦྱོང་འདི་ཉིད་ཡིན་ནའང་ད་ལྟའི་  
 བར་ཐལ་ཕྱེང་གི་བྱུང་མཐའ་ནམས་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་ཀྱིས་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་པ་ཞིག་མེད་པས་མཁས་དཔང་  
 གོང་མ་རིམ་ཕྱོན་གྱི་གསུང་རྒྱན་དེ་དག་སྟན་བརྒྱུད་ཁོ་ནར་གནས་པ་ཞིག་ཡིན།

དེས་ན་འཕགས་ཡུལ་གི་དེ་ཕྱིས་པ་གྲ་ཆང་གི་ཕར་ཕྱིན་སློབ་ཐོན་པ་སྐབས་དང་པོའི་འཛིན་གྲ་བྱ་  
 མོང་ནས་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཕར་ཕྱིན་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མའི་དཔེ་བྲིད་སྐབས་  
 གྱི་བྱུང་མཐའ་གང་དེས་པ་ནམས་ཆོག་ཆོགས་ལ་མ་འཛེམས་པར་ཕྱོགས་བསྒྲིགས་བྱ་བུ་བ་ན་སློབ་གཉེར་པ་  
 གསར་བུ་ལས་དང་པོ་བ་ནམས་ཀྱིས་བྱུང་མཐའ་སྦྱོང་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོང་གི་དེ་ཅས་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་རྩལ་པ་ལྟར།  
 ད་ལམ་ཕར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོའི་ཐལ་ཕྱེང་ནོར་བུའི་དོ་གཤམ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཙམ་བསྒྲིགས་ཀྱིས་ཙམ་པའི་བྱ་  
 བ་ལ་དང་པོར་ཞུགས་པར་ལེགས་མའི་བསྒྲིགས་བཞིན་ཡོད།

སྐད་ཀྱང་ལ་ཇེ་སྒོ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཆང་གིས། བཀའ་དང་དགོངས་འབྲེལ་ཆད་མ་དཔང་བཞག་  
 ནས། ཡུང་དང་རིགས་པའི་སྤང་ལ་གཞལ་ན་ཤེས། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་བཀའ་དགོངས་འབྲེལ་གྱི་གཞུང་  
 ཆད་མ་ནམས་དཔང་པོར་བཞག་སྟེ་གཞུང་ཆེན་མོའི་དཀའ་གནད་ཡུང་དང་རིགས་པའི་སྤང་ལ་གཞལ་བའི་  
 བཀའ་པོད་ཇུ་གའི་ཐལ་ཕྱེང་དམ་པ་གོང་མ་ནམས་ཀྱི་ཞལ་རྒྱན་བཞེད་དུ་ཕངས་པའི་སྟན་བརྒྱུད་ཀྱི་མན་ངག་  
 ནམས་རིམ་པས་ཡིག་ཐོག་དུ་འགོད་བྱུང་པའི་འཇམ་མཁའ་ལྷ་མོ་དང་བཅས། འཕགས་ཡུལ་གི་དེ་ཕྱིས་པ་གྲ་ཆང་  
 གི་ཡང་སྟེང་གཞི་མ་རྒྱུད་ལུགས་བྱུང་གཡས་སུ་འབྲེལ་བའི་དཀའ་ཆོལ་ནས། རོང་ཆེན་གི་སྤྱི་ལ་མིང་པ་  
 སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་དུ་འཛོད་པས། ཕྱི་ལོ་ ༡༠༠༩ ཟླ་ ༡༡ ཆོས་ ༡༩ ལ།





## སྟོན་སྒྲུང་།

༡༡། དེ་ཡང་བསྟན་པའི་གཞུང་གི་མཉམ་སྦྲེན་གྱི་འཆད་ཉན་དར་ཚུ་ལ་ནི། ཡུམ་ཤེར་སྦྲེན་གྱི་དགོངས་  
དོན་འབྲེལ་ལུགས་ལ་ཁག་མེ་འདྲ་བ་གཉིས་ཙམ་བྱུང་ཡོད། རྗེ་བཙུན་བྲམས་མགོན་ཆེན་པོ་འཕགས་པ་ཐོགས་  
མེད་ལ་བརྟུང་པའི་ཡུམ་ཤེར་སྦྲེན་གྱི་དགོངས་དོན་འབྲེལ་ལུགས་དེ་སྤྱོད་མཛོད་རྟོགས་ཀྱི་རིམ་པ་འབྲེལ་  
པའི་ལུགས་ཡིན་ལ། འབྲེལ་ལུགས་འདིའི་ཙུ་བའི་གཞུང་ནི་རྗེ་བཙུན་བྲམས་མགོན་གྱིས་མཛད་པའི་མཆོད་  
བཅོམ་མུང་པས་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ལུས་དངོས་བསྟན་སྐབས་སུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་འབའ་ཞིག་བསྟན་པའི་ཆོགས་  
སུ་བཅད་པ་ཉིས་བརྒྱ་དོན་བཞི་ཡོད་པའི་<<མཛོད་རྟོགས་རྒྱུ་>>འདི་ཉིད་ཡིན་ཞིང་། དེ་ལ་སྐབས་བརྒྱད་  
ཡོད་པའི་ཁོངས་ནས་སྐབས་དང་པོ་གསུམ་གྱིས་མཁྱེན་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་དང་། སྐབས་ཕྱེ་མ་བཞིས་  
སྦྱོར་བཞི་ཉམས་སུ་ལེན་ཚུ་ལ། སྐབས་བརྒྱད་པས་འབྲས་བུ་ཆོས་སྒྱུ་སྟོན་གྱི་ཡོད།

གཞུང་འདི་“རྒྱ་གར་དུ་སློབ་དཔོན་དབྱིག་གཉེན་དང་སྦྱོགས་སྒྲུང་གཞི་བ་སོགས་ཀྱིས་སེམས་ཙམ་  
དུ་བཀྲལ། འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་སྡེ་དང་ཨ་བླ་སོགས་ཀྱིས་རང་རྒྱུད་དུ་བཀྲལ་ལ་ཇོ་བོ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱིས་  
ཐལ་འགྱུར་དུ་བཀྲལ། བོད་ཀྱི་ལོ་ཙུ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་བོད་སྤྱོད་རབས་པ་ཐམས་ཅད་དང་། ཕྱི་རབས་པའི་  
ཕལ་ཆེར་དག་བཀའ་བར་བའི་དགོངས་འབྲེལ་དུ་ལྟ་བ་རང་རྒྱུད་དུ་སྟོན་པར་བཞེད། རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་  
པོས་མཛོད་རྟོགས་རང་ལུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་མཐར་ཐུག་ཐལ་འགྱུར་དུ་གནས་གིང་ལྟ་སྟོམ་གཉིས་ཆ་གཙོ་  
བོར་སྟོན་པ་ལ་བཀའ་བར་བའི་དགོངས་འབྲེལ་དུ་བཞེད།”

གཞུང་དེའི་འབྲེལ་པ་སློབ་དཔོན་སེཌེ་བཟང་པོས་མཛད་པའི་<<འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་>>སློབ་  
དཔོན་ཤེར་འབྱུང་གིས་མཛད་པའི་<<འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་ཀྱི་བསྟུས་དོན་>>སློབ་དཔོན་ཆོས་བཤེས་ཀྱིས་  
མཛད་པའི་<<འབྲེལ་པ་གད་ཆོག་གསལ་>>གཞི་ན་རྟུ་དཔལ་གྱིས་མཛད་པའི་<<མཛོད་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་  
བསྟུས་དོན་>>རིན་ཆེན་གྲགས་ཀྱིས་མཛད་པའི་<<མཛོད་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་འབྲེལ་པ་གྲགས་ཆ་>>བུལ་གྱིས་  
མཛད་པའི་<<རྒྱུན་འབྲེལ་ཤེས་རབ་སྟོན་མེད་ཤེང་བ་>>ཁ་ཆེ་རྣམ་གྱིས་མཛད་པའི་<<ཤེར་སྦྲེན་མཛོད་  
ཀྱི་སྡེ་མིག་>>སོགས་རྒྱ་འབྲེལ་ཏུ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་བ་དེ་དག་ལོ་རྒྱུ་བ་དཔལ་བཅུགས་སོགས་ལོ་རྒྱུ་བ་དུ་

མས་པོད་སྐད་ཐོག་བསྐྱར་ཁུས་དང་། དེ་མིན་ངོ་པོ་རྗེས་མངའ་རིས་སྤྱོད་གས་སུ་ཕར་ཕྱིན་གྱི་བཤད་པ་མང་  
དུ་གནང་བས་ཕར་ཕྱིན་“འབྲོམ་ལུགས་”དང་། “ཁམས་ལུགས་” “ཁུ་ལུགས་”ཟེར་བ་སོགས་ཕར་  
ཕྱིན་གྱི་བཤད་རྒྱུ་མི་འདྲ་བ་ཁག་གསུམ་ཙམ་བྱུང་བ་མ་ཟད། རྟོག་ལོ་ཙུ་བ་སློ་ལྡན་ཤེས་རབ་ལ་བུ་སྟོན་  
རིན་པོ་ཆེ། ཉ་དཔོན་ཀུན་དགའ་དཔལ། རེད་མདའ་པ་གཞིན་ལྷ་སྟོ་གྲོས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་  
གྱི་འགྲེལ་པ་<<རྟོག་སྟོའི་རྟེན་ཀྱང་>>དང་། <<བུ་རྟེན་ལུང་གི་སྟེ་མ།>> <<ཉ་རྟེན་ཡིད་གྱི་མུན་  
སེལ།>> <<རོང་རྟེན་ཉི་མའི་འོད་ཟེར་>>སོགས་ཕར་ཕྱིན་གྱི་འགྲེལ་པ་མང་དུ་མཛད་པས་ཕར་ཕྱིན་  
སློབ་གཉེར་གྱི་པའི་ལམ་སློབ་ཐད་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོ་བྱུང་འདུག

དེ་རྗེས་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་འཕྲུང་བ་ལས། མཛེས་པ་སྐྱེད་མཛད་ཡོངས་འཛིན་རྣམ་བཞི་  
རྒྱལ། ཁྲིམ་གསུངས་པ་ལྟར། སློབ་དཔོན་ཡིན་ཉན་རྒྱ་མཚོ་དང་། སློབ་དཔོན་ལྷ་རྒྱུ་ལ། ཉ་དཔོན་  
ཀུན་དགའ་དཔལ། རེད་མདའ་པ་གཞིན་ལྷ་སྟོ་གྲོས་རྣམས་ཀྱི་མདུན་ནས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་ཕར་ཕྱིན་  
གྱི་བཤད་རྒྱུ་གསན་ཉེ་བརྟན་བཅོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ་<<ལེགས་པར་བཤད་པ་གསེར་  
གྱི་འཕྲུང་བ>>ཞེས་ཡོངས་སུ་གྲགས་པའི་གཞུང་འདི་མཛད། ཁོང་གི་དངོས་སློབ་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་  
ཆེན་གྱིས་<<རྣམ་བཤད་སྟོང་རྒྱུ་>>དང་། <<མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་བསྟུས་དོན་རིན་པོ་ཆེའི་འཕྲུང་  
བཟོ་>> མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་གིས་<<རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ>>དང་།  
<<མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་མཐར་ཐུག་པའི་རྟོག་བཟུང་འཁྱུར་དུ་འགྲེལ་རྒྱུ་ལ་གནད་དོན་གསལ་བའི་  
ཟུ་ཟེར་>>སོགས་མཛད།

ད་དུང་སེར་སྐད་ཡིག་ཆ་རྟོང་བ་<<མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་མི་ཤམ་དགོངས་རྒྱུ་>>མཛད་པ་པོ་  
གྲུང་རི་རྒྱལ་མཚན་བཟང་པོ་དང་། སྟོ་སྒྲིང་ཡིག་ཆ་རྟོང་བ་མཛད་པ་པོ་མཁན་ཆེན་ལེགས་པ་ཆོས་འབྱོར།  
སྟོ་མང་ཡིག་ཆ་རྟོང་བ་<<ཕར་ཕྱིན་གྱི་སྤྱི་དོན་>>མཛད་པ་པོ་གྲུང་རི་ཆོས་འབྱུང་ངམ་གྲུང་རི་རིན་ཆེན་  
བྱང་ཆུབ། སེར་བྲེས་ཡིག་ཆ་མཛད་པ་པོ་ཀུན་མཁྱེན་སྟོ་གྲོས་རིན་ཆེན་སེཌ། བཀྲས་སྐྱུན་ཐོས་བསམ་  
སྒྲིང་གི་ཡིག་ཆ་མཛད་པ་པོ་ཀུན་མཁྱེན་ཆོས་འབྱུང་དཔལ་བཟང་། བཀྲས་སྐྱུན་དཀྱིལ་ཁང་ཕར་ཕྱིན་ཡིག་  
ཆ་ཤེས་རབ་ཀྱི་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་མན་ངག་གི་བརྟན་བཅོས་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་རྒྱུ་འགྲེལ་དང་བཅས་

པའི་ནམ་བཤད་སྟེང་པོའི་རྒྱན་གྱི་དགོངས་དོན་གསལ་བར་བྱེད་པའི་མེ་ལོང་ལས་<<སྐབས་གཉིས་པའི་  
 སྤྱི་དོན>>མངའ་པ་པོ་གཞི་བཟོ་བྱས་ཀྱིས་མཆོག། མེ་རའི་ཕར་སྤྱན་ཡིག་ཆ་<<སྤྱན་བཅས་མངོན་དོན་གསལ་  
 རྒྱན་གྱི་མཐའ་དཔྱད>>དང་། <<བསམ་གཟུགས་ཀྱི་མཐའ་དཔྱད>>སོགས་མངའ་པ་པོ་མེ་ར་རྗེ་བཙུན་  
 ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཆོག། སློ་གསལ་སྤྱིང་གི་ཕར་སྤྱན་ཡིག་ཆ་<<སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱི་ན་མེ་དང་།>>  
 <<མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྤྱི་ན་མེ>>བཅས་མངའ་པ་པོ་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ།  
 སློ་མང་ཡིག་ཆ་མངའ་པ་པོ་ཀུན་མཁྱེན་འཇམ་དབྱངས་བཞད་པ་སོགས་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྤྱི་  
 རུ་དམ་པ་མང་དུ་བྱོན།

རྟག་པར་དུ་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྤེལ་ཞེས་ཡོངས་སུ་  
 གྲགས་པ་འདི་ཉིད་ཀྱིས་<<ཆད་མ་ནམ་འགྲེལ་གྱི་དཀའ་འགྲེལ་དགོངས་པ་རབ་གསལ>>དང་། <<ཕར་  
 སྤྱན་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱི་ན་མེ།>> <<ཕར་སྤྱན་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྤྱི་ན་  
 མེ།>> <<དབུ་མའི་སྤྱི་དོན་ཟབ་གསལ་སྤྱི་ན་མེ།>> <<དབུ་མའི་མཐའ་དཔྱད་ཟབ་དོན་ཡང་གསལ་  
 སྤྱི་ན་མེ།>> <<མངོན་པ་མངོན་གྱི་འགྲེལ་པ།>> <<མངོན་པ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་འགྲེལ་པ།>> <<འདུལ་  
 པའི་ནམ་བཤད་ལུང་རིགས་ཉི་མ།>> དེ་བཞིན་<<གསང་བ་འདུས་པའི་བསྐྱེད་རྫོགས་ཀྱི་བྲིད་ཡིག་  
 མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག>>དང་། <<རྒྱུད་སྤེལ་སྤྱི་ནམ་>>སོགས་མདོ་སྤྱོད་པ་བཀའ་པོད་ལྟ་དང་སྤྱོད་པ་  
 སྤྱོད་པ་རྒྱུད་སྤེལ་བཞིའི་སྟོར་གྱི་གསུང་ཚུལ་ཆ་ཆར་བཞིན་མངའ་གནང་ཡོད། མ་ཟད་ཁོང་གི་ཡིག་ཆའི་  
 རྗེས་འདུག་པ་མཁས་མང་སློ་གསལ་བྱེད་པའི་སྤྱིང་གིས་གཙོས་བརྟན་པའི་མངོན་རྒྱན་དུ་སྤྱོད་པར་འོས་  
 པའི་མཆོན་ཉིད་ཀྱི་གདན་ས་ཏ་ཅང་མང་པོ་བྱུང་ཡོད། དེ་དག་ལས་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དངོས་སྤྱོད་  
 བརྟན་པ་སྤྱོད་པ་མཐར་སྤེལ་པའི་དར་ཆེན་བདུན་གྱི་ནང་ཆོན་མདོ་རོང་མཁས་པ་མི་བཞིའི་ཡ་གྲུལ་རོང་  
 ཆེན་སྤྱོད་པ་ནག་པ་དགེ་འདུན་རྒྱལ་མཆོན་གྱི་སྤྱི་འཕྲེང་ལྟ་པ་བརྟན་པའི་རྒྱལ་མཆོན་དང་། སྤྱི་འཕྲེང་  
 བརྟན་པ་སློ་བཟང་འཕྲིན་ལས་གཉིས་ཀྱིས་སྤྱོད་པའི་མངའ་པོ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་པ་དགེ་འདུན་བཀྲ་  
 བེས་འབྲིལ་དང་། ར་ཡུལ་གྱི་དེའི་དགོན་དགེ་ལུགས་ལགས་བཤད་སྤྱིང་། རྟོར་གཙང་བརྟན་འཕེལ་སྤྱིང་།  
 ཆོ་བདུན་བཀྲ་བེས་ཆོས་སྤྱིང་སོགས་སུ་མཁས་མང་སློ་གསལ་སྤྱིང་གི་ཡིག་ཆ་དང་གཅིག་མཚུངས་ཀྱིས་

པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཡིག་ཆར་སློབ་གཉེར་བྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་གསར་འཛུགས་བྱས་པ་  
 ནས་བཟུང་གི་ཆེ་ཆོལ་བརྒྱད་དུ་གཏོགས་ཆད་ཀྱི་དགོན་སྡེ་ཆེ་སྤྲུལ་པོར་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པའི་ཡིག་ཆ་གཞིར་བཞག་ཐོག་གཞུང་ཆེན་བཀའ་པོད་ལྔ་དང་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་  
 གཉེར་བྱེད་པའི་ལམ་སློབ་གཏན་འཇགས་སུ་གནས་ཐུབ་པ་བྱུང་བ་མ་ཟད། མདོ་དང་རྒྱུད་དང་། དེ་  
 དག་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་རྒྱ་གར་མཁས་པས་མཛད་པའི་བསྟན་བཅོས། ལྷག་པར་དུ་རྩེ་ཡབ་སྲས་  
 གསུམ་དང་། པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་སོགས་ཀྱི་ཡིག་ཆའི་དཀའ་གནས་མང་པོར་ཆོག་འགྲེལ་  
 དང་། རོན་འགྲེལ། རྒྱ་ཆེར་འགྲེལ། འགྲེལ་བཤད། བསྟན་དོན། དཀའ་འགྲེལ། དེས་ལན།  
 བཞེད་མཆོམས་སོགས་དུ་མ་ཞིག་མཛད་པའི་གསུང་འབུམ་པོད་འཕྲེང་ཅན་དུ་གཙུག་བཞུགས་པ་བྱུང་འདུག  
 དེ་དག་ལས་ཕར་སྤྱོད་ཀྱི་གཞུང་གཅིག་པུར་མཆོན་ན་ཡང་ལྟུབས་མགོན་གི་ཆེ་སྤྲུལ་འཕྲེང་གཉིས་  
 པ་བསྟན་པ་རིན་ཆེན་གྱིས་མཛད་པའི་<<མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་འགྲེལ་པ་>> དང་། སྤྲུལ་འཕྲེང་བརྒྱད་  
 པ་སློབ་བཟང་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་མཛད་པའི་<<ཕར་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་པོའི་སྤྲུལ་ཆོག་ཚོམ་འཕྲོ་ཅན།>> དེས་  
 ལན་མེ་རྟོག་སེལ་མ་ལས་<<ཕར་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དེས་ལན།>> ལ་ལགས་སློན་ལམ་གྱིས་མཛད་པའི་<<བཀའ་  
 པོད་ཐུའི་རྟོགས་གཅོད་མཁས་པའི་ཡིད་འཕྲོག>> མཆོན་ཞབས་ཆ་ཕྱག་དགེ་བཤེས་དམ་ཆོས་ཕུན་ཆོགས་  
 ཀྱིས་མཛད་པའི་<<སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཕར་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་གྱི་འགྲེལ་པ།>> དགེ་བཤེས་སློབ་གསལ་རྒྱ་མཆོས་  
 མཛད་པའི་<<ཕར་སྤྱོད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དང་པོའི་བཞེད་བྱང་སྤྲུལ་བཟང་མགོན་རྒྱུ།>> ལ་ཁུ་བུམས་པ་རིན་  
 པོ་ཆེས་མཛད་པའི་<<མདོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆོག་འགྲེལ་མཁས་པའི་མགོན་རྒྱུ།>> ལ་ཁུ་བུམས་གཏན་  
 གྱིས་མཛད་པའི་<<པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་དབུ་ཕར་མཛོད་འདུལ་གྱི་རྟོགས་མཆོམས་གསལ་  
 པའི་སློན་མེ།>> ལ་ཁུ་དར་རྒྱས་ཀྱིས་མཛད་པའི་<<པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཕར་སྤྱོད་སྤྲུལ་  
 མཐའི་དཀའ་གནད་སྤྲུལ་སྤྲུལ་བསྟན་པ།>> དགེ་བཤེས་སློབ་བཟང་བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཆོས་མཛད་པའི་<<མཁས་  
 ཆེན་རྩེ་འཆང་དགེ་ཤུ་རྒྱུ་མཆོན་གྱིས་སྤྱོད་ཞིབ་བྱིད་སྤྲུལ་གྱི་དཔྱད་ཐོ།>> སློབ་བཟང་འཇམ་དབྱངས་  
 བསྟན་པའི་ཉི་མས་མཛད་པའི་<<ཕར་མཆོན་སྤྲུལ་སྤྲུལ་དོན་གསལ་གནད་ཀྱི་སྤྲུལ་མེ།>> <<ཤིང་  
 རྩེ་སྤྲུལ་འབྱེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ལེགས་པར་བཤད་པ་ཤེར་སྤྱོད་གཞུང་ལ་འཛུགས་པ་སློབ་འབྱེད་གསེར་གྱི་སྤྲུལ་



མིག>> <<དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་དོགས་གཙོད་སོམ་ཉི་དྲུག་གི་བ་མོ་ནི་བྱེད་དགོངས་དོན་གསལ་བའི་  
 ཉི་མ།>> རྗེ་སློ་གྲོས་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་<<མངོན་རྟོགས་ཀྱན་གྱི་མཆན་འབྲེལ།>> <<མངོན་རྟོགས་  
 ཀྱན་བཀའ་ཚུ་ལ།>> <<ལེགས་བཤད་གསེར་འཕྲེང་གི་སྒྲུབ་ཟེན་འགའ་ཞིག་བརྟེན་བྱུང་དུ་བཀོད་པ།>>  
 སྐལ་བཟང་ལུང་རིགས་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་<<དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་ཟུར་མཆན་རྟེན་གསལ་སྟོང་གི་སྒྲ་  
 དབྱངས།>> རྗེ་སློ་བཟང་བསོད་ནམས་མཆོག་གིས་མཛད་པའི་<<ས་ལམ་གྱི་དཀའ་གནས་ལས་བརྒྱམས་  
 པའི་དོགས་སྟོང་པའུ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་དགོངས་ཀྱན།>> སྤྱོད་ས་བཞི་ཚང་སློ་བཟང་ལེ་  
 བེས་ཀྱི་མཆོས་མཛད་པའི་<<ས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་སྒྲ་གསུམ་ནོར་བུའི་བང་མཛོད།>> མཛོད་ཚང་  
 སློ་བཟང་བཙོན་འགྲུས་ཀྱིས་མཛད་པའི་<<ལེགས་བཤད་གསེར་འཕྲེང་གི་བསྐྱུས་དོན་>>སོགས་དཔེར་  
 མཆོན་ཉུང་དུ་ཞིག་བཀོད་པ་འདིས་འབྲུས་པར་ཕྱིན་སྐོར་ལ་ཡིག་འཛིན་མཛད་མཁན་གྱི་མཁས་པ་གྲངས་  
 ཀྱིས་མི་ལོངས་པ་ཞིག་བྱུང་ཡོད།

སྤྱོད་ས་གཞན་ཞིག་ནས་བཤད་ན་དུས་ད་ལྟའི་བར་གོ་རིགས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཐོག་ནས་གཞུང་ཆེན་  
 མོའི་དགོངས་པའི་མཐེལ་ལ་བདེ་སྒྲག་ངང་དཔྱད་ཐབས་ཀྱི་ཁྱབ་མཐའི་རྣམ་གཞག་དག་ཡིག་ཐོག་དུ་རྩི་  
 བཞིན་བཀོད་བྱུང་པ་ཞིག་མ་བྱུང་རྒྱུ། “མཁས་དབང་གིང་མ་རིམ་བྱོན་གྱི་གསུང་ཀྱན་དེ་དག་སྟན་བརྒྱུད་  
 ཁོ་ནར་གནས་པ་ཞིག་ཡིན།” དེར་བརྟེན་འདི་གའི་“འཕགས་ཡུལ་གྱི་རྟེན་འཁེབས་པ་གྲ་ཚང་གི་པར་ཕྱིན་  
 རབ་འབྲུམས་པ་ཐོན་དང་པོའི་འཛིན་གྲ་བྱུན་མོང་ནས་པའུ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་པར་ཕྱིན་སྒྱུ་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མའི་དཔེ་བྲིད་སྐབས་ཀྱི་ཁྱབ་མཐའ་གང་དེས་པ་རྣམས་ཆོག་ཆོགས་ལ་མ་འཛེམས་  
 པར་སྤྱོད་ས་བསྐྱོགས་བྱ་བྱུང་ན་སློབ་གཉེར་པ་གསལ་བུ་ལས་དང་པོ་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཁྱབ་མཐའ་སྟོང་བར་  
 བཞན་ཐོགས་ཡོང་སྟེད།” ཅས་རང་ཅག་མདོ་རོང་གི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་མེ་རྟོག་གང་ལ་ཐོག་པའི་སྒྲ་སྐལ་  
 འདི་ཕྱི་གཏན་གྱི་སྐབས་གནས་དམ་པ་བཀའ་རྒྱུ་མཚུངས་སྒྲ་མ་མཆིས་པ་ལ་སྐབས་མགོན་གྱི་རིན་པོ་  
 ཆེ་སྒྲུ་འཕྲེང་བརྒྱ་གཅིག་པ་རྗེ་བརྟུན་སློ་བཟང་བསྟན་འཛིན་འཛིན་གསལ་མེད་ལེ་ཤེས་ཀྱི་མཆོད་པ་ལ་བཟང་པོ་  
 གང་ཉིད་ཀྱིས་བཀའ་སློབ་རྒྱ་རྗེས་སུ་ཐེབས་པ་མ་ཟད། དེ་བཞིན་མཆོན་བྱང་དང་། དབྱར་འགོད་ཆེད་དུ་  
 བརྟེན་པའི་གསུང་འཕྲིན་སོགས་ཐུགས་བརྩེ་བ་ཆེན་པོས་གནང་སྟོང་བྱུང་བས། གུས་སློབ་རྣམས་ལ་མཆོན་

ན་སྐྱེས་སྟོབས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཆེ་བ་དང་། སྤྱི་ཚད་ལ་སྟོ་སྤྲངས་པ། རང་གཞན་གྱི་གཞུང་ལུགས་ལ་ངེས་  
 ཤེས་གཏིང་ཆོད་པ་ལྟ་བུའི་ནམ་དཔྱད་དང་ཤེས་འཛིན་ཉམས་སྦྱང་སོགས་སྟོགས་གང་ཐད་ནས་ཤིན་ཏུ་ཞན་  
 མིན་ལ་མ་སྟོས་པར། ལས་བྱེད་མཆོག་གང་ཉིད་ཀྱི་ཟབ་ཡངས་དཀྱིལ་ཆེའི་བྱ་གས་བསྐྱེད་དགོངས་གཞིའི་  
 ཆ་གས་ཙམ་ཞིག་གསལ་བྱུང་རེས། དགའ་དད་སྟོ་གསུམ་གྱི་སྟོ་ནས་པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པས་  
 མཛད་པའི་ཡར་ཕྱིན་སྐྱོདོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མའི་སྐབས་དང་པོའི་ནང་ཆོན་ནས་རང་རང་གིས་  
 གང་བྱ་གྱི་བྱ་བ་མཐའ་ཁག་ཡིག་ཆོགས་ལ་འཛེམས་མེད་ངང་དངོས་སུ་འབྲི་ཚོམ་གྱི་ལས་ལ་ཞུགས་པ་  
 མ་ཟད། དེད་ཅག་ཚོམ་སྒྲིག་ཆོགས་རྒྱུད་གིས་ཀྱང་དགེ་བའི་བཤེས་གཉིན་དགེན་སྟོ་བཟང་དགོན་མཆོག་  
 རྒྱ་མཆོད་དང་། དགེན་བཀྲ་ཤིས་བསོད་ནམས་གཉིས་ཀྱིས་རྩ་ཆེའི་ལམ་སྟོན་བཀའ་སློབ་གང་གནང་གཞིར་  
 བཞག་ཐོག་འདིར་འཕྱོར་གྱི་བྱ་བ་མཐའ་ཁག་རེ་རེའི་ཐོག་མའི་གཞུང་འཛུགས་སྤངས་དང་དྲགས་གསལ་  
 གྱིས་བྱ་བ་མཐའི་དཀྱིས་སྟོང་སྤངས། བྱ་བ་མཐའི་བྱ་བ་དོན། སྐབས་ཐོབ་ཀྱི་བསྐྱེད་བྱ་དང་འབྲེལ་མེད་  
 ཀྱི་ལུང་དང་རིགས་པ་སོགས་ཡོད་མེད། ཁས་ལེན་དང་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཚོད་པ་དང་། ཅི་བ་དང་འབྲེལ་  
 མེད་ཀྱི་ལན་འདེབས་ཀྱི་རིགས་ཡོད་མེད། ཆར་དང་། འཁོར་གསུམ། ལུང་འདྲེན། ལུང་དོན་གྱི་  
 རིགས་སོགས་གནད་ཐོག་ཏུ་ཁེལ་མིན། ལུང་འདྲེན་གྱི་སྐབས་སུ་ལུང་བྲངས་ནོར་ཡོད་མེད་དང་། ལུང་  
 དེ་སྐྱེས་ཟེན་སྐྱེ་བའི་བཞིན་པ་ཡིན་མིན་སོགས་ཀྱི་དོན་གནད་འགངས་ཆེ་ཁག་ལ་དམིགས་ནས་དཔྱད་ཞིབ་  
 དང་འབྲེལ་བྱ་བ་མཐའ་ལེགས་གསུམ་ཁག་གང་མ་གསེས་ཀྱིས་ཡར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོའི་ཐལ་ཕྱེད་ནོར་བུའི་  
 རོ་གལ་ཞེས་པའི་བྱ་བ་མཐའ་རྒྱུད་པའི་དེ་བ་སྟོད་ཆ་དང་སྤྲད་ཆ་གཉིས་ཡོད་པ་ཞིག་འདོན་འགྲེམས་བྱས་  
 པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་བྱ་བ་མཐའི་སྐྱོ་ཁོག་གཅིག་མཚུངས་ཡིན་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་སྒྲིམ་ཡོད་རིགས་དང་། དྲགས་  
 གསལ་གྱིས་བྱ་བ་མཐའི་དཀྱིས་འབྲེན་སྤངས་སོགས་ཀྱི་ཐད་གནས་ཚད་ངེས་ཅན་ལོན་མིན་ཅི་རིགས་ཤིག་  
 ཡོད་ཀྱང་བྱ་བ་མཐའ་དེ་དང་དེའི་བཟང་སྟོགས་ཀྱི་ཆ་འགར་བཞུགས་ཏེ་བདེ་སྟོ་མས་སུ་བཞག་ཡོད།

སྐྱེར་བདེང་རང་ཅག་རི་བོ་དགེ་ལུགས་པའི་གདན་ས་ཁག་ཏུ་གཞུང་ཆེན་མའི་དགོངས་དོན་  
 ལ་དཔྱད་ཐབས་ཀྱི་བྱ་བ་མཐའི་འགོ་སྤངས་ཐད་བྱད་པར་ཏེ་ཅང་ཆེན་པོ་ཡོད། དཔེར་ན་སྟོ་གསལ་སྒྲིང་  
 ལྟ་བུར་མཆོན་ན་སྐྱོ་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་བྱ་བ་མཐའི་གཞུང་ཐོག་མར་འཛུགས་པའི་སྐབས་སུ་གཞུང་ཆོག་

དེ་གཞུང་ཚན་གོང་འོག་དང་འབྲེལ་བ་དམ་ཟབ་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན་ཐོག་དོགས་གཞི་ངེས་ཅན་ཡོད་པའི་  
དཀའ་གནས་ཀྱི་རིགས་འཇུགས་པར་མ་ཟད། དེ་འདྲའི་གཞུང་ཚིག་དེ་གཞུང་དང་གཞུང་ཚན་སོགས་  
གང་ནས་ཡིན་དང་། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ཅི་ཡིན། ས་བཅད་དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་  
ས་བཅད་ཅི་ཡོད། ས་བཅད་དེ་དག་འཕྲོས་སའི་རྩ་བའི་ས་བཅད་ཅི་ཡིན། གཞུང་ཚིག་དེའི་ཚིག་སྒྲ་  
མ་དང་ཕྱི་མ་སོགས་གང་ཡིན། གཞུང་ཚིག་དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན། གཞུང་ཚིག་དེའི་གཞུང་དོན་  
འབྲེལ་ཚུལ་ཐད་རང་ལུགས་ཀྱིས་འབྲེལ་ཚུལ་དང་ཁ་ཅིག་གིས་འབྲེལ་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡོད་མེད་སོགས་  
ཐབས་ལམ་འདྲ་མིན་སྒྲ་ཚིགས་ཀྱི་སྒྲ་ནས་པ་རོལ་བོར་རྟགས་གསལ་གཏོང་སའི་གཞི་དོས་འཛིན་ཡང་  
དག་པ་ཞིག་ཤེད་དུ་བརྒྱུག་རྒྱུ་ཡིན། གཞི་ནས་གཞུང་ཚིག་དེ་དང་འབྲེལ་ནས་ཏ་ཅང་སྤྱི་བའི་རིགས་ལམ་  
ཀྱི་འགྲོས་དང་མཐུན་པའི་རྟགས་གསལ་གཏོང་བའི་ཕྱག་སློལ་ཡོད་པ་ཞིག་རེད།

དེ་བཞིན་སྨྲ་བ་ཆང་ལྷ་མོ་དགེ་ལྡན་བཀྲ་ཤིས་འབྲིལ་དང་རྩ་ཡུལ་གྱི་དཔོན་དགེ་ལྡན་ལེགས་  
བཤད་སྒྲིང་སོགས་གྱི་ཆང་གི་སྒྲོ་བ་བརྒྱད་དུ་གཏོགས་པའི་དཔོན་ཇེ་ཁག་དུ་དཔེར་ན་“འདིས་ནི་སྤར་  
བཤད་པའི་སྒྲིང་པ་དང་འགགས་པ་མེད་པས་རབ་དུ་སྤྱི་བའི་ཡང་དག་པའི་མཐའ་མངོན་དུ་བྱས་ནས། ཞེས་  
པའི་བྱད་པར་གྱི་ཆོས་རྣམས་གཉེན་པོའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པའི་སྤངས་པའི་ཡོན་ཏན་རང་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་  
གང་ཟག་དེ་ལ། མདོ་ནས་བཤད་པའི་དེ་ནི་ཆོས་དུག་པའི་མི་མཐུན་སྤྱོད་ཀས་མཆོན་ཤེད་ཀྱི་དཔེ་ཐ་མ་  
དམིགས་ཡུལ་དུ་ཤེད་པའི་རྣམ་ཏོག་གི་དྲི་མ་རང་རྒྱུད་ནས་ཁེགས་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པས་  
བྱད་པར་འདོད་པའི་ཐེག་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བྱུང་མཐའ་སྒྲིབ་གཉིས་འཛོག་པར་ཐལ། འཛོག་པའི་ཕྱིར།”  
ཞེས་པ་ལྷ་བྱས་བྱུང་མཐའི་དབུ་འཇུགས་པ་ལས། གོང་གསལ་ལྷ་རྩ་བའི་བྱུང་མཐའི་གཞུང་དང་འབྲེལ་  
ནས་ཐོག་མར་ས་བཅད་སོགས་བཀྲ་མ་པའི་ལུགས་སློལ་དེ་རིགས་ཆེར་མེད་པ་རེད།

དེར་བརྟེན་དེད་ཅག་གིས་ཕར་སྤྱོན་སྐབས་དང་པོའི་ཐལ་ཐེང་ནོར་བུའི་དོ་གལ་ནང་དུ་གསལ་  
པའི་བྱུང་མཐའི་འགྲོས་དེ་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་སྒྲོ་གསལ་སྒྲིང་གི་བྱུང་མཐའི་འགྲོས་དང་བསྟུན་ཅི་ཐུབ་  
བྱས་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཐོག་མའི་འཆར་གཞི་ལྷ་རྩ་བའི་གཞུང་འཇུགས་ས་གཙོ་བོ་སྤྱི་དོན་ཡུམ་  
དོན་གསལ་བའི་སྒྲོ་ན་མེད་དང་། བྱུང་མཐའི་དཀྱུས་སུ་གསལ་བའི་ལུང་འདྲེན་གྱི་རིགས་དེ་ཡང་རྒྱུ་ཡིན་

སྤྲུལ་གསུམ་དང་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པའི་ཡིག་ཆ་གཙོར་བཟུང་ཐོག་ ཚུད་ལན་གྱི་རིགས་  
ཡོངས་ཤོགས་ཡིག་གཟུགས་སྒྲིམ་ནག་ཅན་དང་། དེ་བཞིན་གཞུང་ཆོན་སེ་སེའི་ནང་གི་བྱུང་མཐའ་གང་  
ཡོད་དག་ཡང་གངས་སྒྲིམ་ནག་ཅན་གྱིས་གསལ་བར་བྱས་ཡོད། གཞན་ཐལ་སྐད་གཏོང་བ་དང་། ལྷག་  
པར་དུ་ཆར་དང་འབྲེར་སོགས་ཡང་ཡང་བསྟུན་མར་བཅུགས་པའི་ལམ་སྒོལ་དེ་ཆོ་ཚུད་པའི་ཡན་ལག་  
གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ན་ཡང་འདིར་ཡིག་ཆོགས་བསྟུང་ཕྱིར་གཅིག་རེས་འབྲུས་པར་བྱས་ཡོད།

མ་ཟད་དེབ་འདི་མཆོད་བཞེད་དང་། ཚུམ་པར་དམ་བཅའ། གཞུང་ཆོན་ཆེ་གས་ཀྱི་མཇུག་  
དུ་བར་སྐབས་ཆོགས་བཅད། མཇུག་བྱང་སྒྲིམ་ཆོག་བཅས་ཡོད་པའི་བསྟན་བཅོས་ལུགས་སུ་བཅུམས་  
པའི་དཔེ་དེབ་ཅིག་ཡིན་ལ། དེབ་འདིའི་ཙུ་བའི་ས་བཅད་བཀྲམ་སྤངས་དེ་ཡང་སྤྱི་ཡོངས་ཀྱི་ཆ་ནས་  
ཕར་ཕྱིན་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིམ་མེ་གཞིར་བཟུང་བྱས་ཐོག་ དེབ་ཀྱི་སྟོད་ཆར་གཞུང་ཆོན་  
མཆོད་བཞེད་ནས་ཤེར་ཕྱིན་བར་དང་། སྤང་ཆར་སེམས་བསྐྱེད་ནས་སྐབས་དང་པོའི་མཇུག་བར་ཡོད་  
པ་ཞིག་ཡིན།

དེ་ལྟའི་ཕར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོའི་ཐལ་ཕྱང་ནོར་བུའི་དོ་གལ་ཞེས་པའི་དཔེ་དེབ་འདི་གཉིས་མཁས་  
པར་མགུ་བ་བསྐྱེད་པའི་ལེགས་བཤད་ཀྱི་སྒྲུས་སུ་མི་ཆེ་ཡང་། འབྲུང་འགྱུར་གཞོན་སྒྲུས་ཆོས་རང་རང་  
གི་དགོན་སྡེ་ཁག་དུ་བཞུགས་བཞིན་པའི་མཁས་གྲུབ་གཉིས་ལྟན་གྱི་སྒྲུས་བྱ་དམ་པ་ཆོའི་ཐུགས་ཐོག་དུ་མངའ་  
བའི་གཞུང་ཆེན་མོའི་དགོངས་དོན་ལ་འཇུག་ཐབས་ཀྱི་བྱུང་མཐའི་རྣམ་གཞག་བཞེད་དུ་ཕངས་པ་དག་ཡིག་  
ཐོག་དུ་ཇི་བཞིན་འགོད་ཐུབ་པར་སྐུལ་འདེད་ཀྱི་ཐོག་མའི་ས་བོན་ཅུམ་དང་། དེ་མིན་རྒྱལ་བའི་བསྟན་པ་  
སྤྱི་དང་ལྷག་པར་དུ་བོད་བརྒྱུད་ནང་བསྟན་གྱི་རིག་པའི་གཞུང་ལུགས་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་ཡུན་ནས་ཡུན་དུ་དར་  
རྒྱས་ཡོང་བར་སྲིད་ཁྱུ་ཅུང་ཟད་ཅིག་བསྐྱབས་པའི་རྣམ་འགྱུར་ཅུམ་ཡིན་པས། དགོ་ཆོགས་འདི་ཡ་སྤྱི་ནོར་  
ཡ་གོང་ས་ཡ་སྐབས་མགོན་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་ཅིང་གཟིགས་པ་ཆེན་པོ་མཆོག་དང་། དེ་ད་  
ཅག་མདོ་རོང་གི་གདུལ་བྱ་རྣམས་ཀྱི་མེ་ཏོག་གང་ལ་ཕོག་པའི་ལྷ་སྐལ་གཅིག་ཤུར་གྱུར་པ་ཡ་སྐབས་མཆོག་  
མཐོང་བ་དོན་ལྟན་ཡ་རོང་ཆེན་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་བོ་མེ་བཙུན་མོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་  
མཆོད་པལ་བཟང་པོ་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་དབུས་གང་ན་སུ་བཞུགས་ཀྱི་སྒྲུས་བྱ་དམ་པ་རྣམས་ཀྱི་སྐྱོ་ཆེ་ཡུན་བཞུན་

---

---

དང་མངོན་འཕྲིན་དབྱར་མཆོ་བཞིན་གྱིས་པའི་རྒྱར་གྱུར་ཅིག་གྱ། བར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པ་ཐོན་དང་  
པོའི་བྱབ་མཐའ་ཚེས་སྤྲིག་ཆོགས་ཁུང་བྱན་མོང་ནས་ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ཟླ་བ་ ༡ ཆོས་ ༡༠ ཉིན་གྱིས།



## དཀར་ཆག

༡) གསུང་འཕྲིན། .....	3
༢) རྟོན་མེད། .....	5
༡༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སེམས་བརྒྱད་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡
༢༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་གདམས་རག་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༥༣
༣༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་བདེན་གཉིས་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༤༡
༤༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་བདེན་བཞི་འེ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༤༡
༥༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སྐབས་གསུམ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༣༥
༦༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་བརྩོན་འགྲུས་གསུམ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༤༥
༧༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སྐབས་ལྔ་འེ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༧༡
༨༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་མངོན་ཤེས་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༧༥
༩༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་མཐོང་སྟོང་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༤༥
༡༠༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་དཔེ་འདྲན་ཉི་ལྔ་འེ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༡༩༡
༡༡༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སྟོར་ལམ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༣༥
༡༢༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་རིགས་ཀྱི་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༧༣
༡༣༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཐེག་ཆེན་རྒྱུ་པ་པའི་དམིགས་པའི་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༩༥
༡༤༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༠༣
༡༥༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་གོ་རྒྱུ་པ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༡༡
༡༦༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་འདུག་རྒྱུ་པ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༣༡
༡༧༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཆོགས་རྒྱུ་པ་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༩༧
༡༨༽ སར་ཁྱེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་རེས་འདུག་རྒྱུ་པ་པའི་སྟོར་གྱི་ཐལ་ཤེང་། .....	༣༤༥





༄༅། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སེམས་བསྐྱེད་

སྒྲོར་གྱི་ཐལ་ཕྱེད་།

༄༅། ༡༥ སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོན་ཀྱང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བསྟན་བཅོས་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆོག་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སྟོན་ཕྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཙུ་བའི་ཆོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་ཕྱེད་ཀྱི་གཞུང་ཙུ་བའི་ཆོག་ཤོ་ལོ་ཀ་འདི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་འདོད། །དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །བསྟུས་དང་རྒྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་བཞིན། །ཅེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཤོ་ལོ་གཅིག་པོ་དེས་མདོ་དོན་ཆོག་དོན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྟར་བསྟན་ཚུལ་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེས་དང་པོར་རྣམ་མཁྱེན་བསྟན་པའི་སྒྲོ་ནས་མདོ་དོན་འཆད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་མདོ་དོན་འཆད་ཚུལ་དེ་ལ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་གཉིས་ཡོད་ལགས། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་པོ་དེས་ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་དང་། རྒྱས་འབྲས་བུ་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་པ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་པོ་དེས། དེ་གཉིས་གང་རུང་མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། མ་བསྟན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བསྟན་པར་

ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་པོ་དེས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ནིད་  
 མ་བསྟན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བསྟན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་  
 བྱེད་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 འདུག་སྒྲོར་གྱུར་པའི་གཙོ་པོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ནིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 བྱོད་དང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་ལ་མཆན་མཆོན་གྱི་བྱལ་པ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། མཆན་ནིད་དེ་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། མཆན་  
 ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱལ་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱལ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་  
 མཐའ་དཔྱོད་ཡུལ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོམ་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་  
 གཉིས་དོན་གཅིག་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱོད་དུ་འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མཆན་ནིད་དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་རྒྱལ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་  
 པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱལ་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
 དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ནིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུལ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོམ་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡིན་ན། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་རྒྱལ་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདུན་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་

དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། དེ་མི་འབྲད་པར་ཐལ། སློབ་པའི་རྟེན་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་དགོས་  
ཀྱང་སྤྱིར་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་མི་འབྲད་  
པར་ཐལ། སངས་རྒྱུས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་  
སྒྲུབ་པ་ལས། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་དེ་རང་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་དུ་སངས་  
རྒྱུས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་དེའི་ཆེད་དུ་ལམ་ལ་སློབ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། དེ་མི་འབྲད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་  
གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། སངས་རྒྱུས་འཕགས་པའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འབྲུག་སྟོན་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ ཡི་དྲགས་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་རྟེན་ལ་དེ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་  
དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཡི་དྲགས་དང་ལྟ་མ་ཡིན་གྱི་རྟེན་ལ་དེ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་ཆོག་སྤྱོད་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། དཔལ་བ་དང་དུད་འགྱུའི་རྟེན་ལ་སྟོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ན།

ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་ཆོག་སྔ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་གསུང་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སློན་སེམས་སྒྲེ་བའི་ལུས་རྟེན། ཞེས་པའི་ས་བཅད་  
 དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སློན་སེམས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་དོས་བབྱང་ནས་དེ་འདྲའི་སེམས་  
 དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བའི་ལུས་རྟེན་ལ་འགྲོ་བ་རིགས་ཅི་ཙམ་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདྲུག་ལྗོངས་ཀྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྒྲིན་སོགས་ཡར་ཕྱིན་དུག་པོ་  
 གང་རུང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་བྱེན་པའི་སེམས་བསྒྲེད་དེ། སློན་སེམས་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན། སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བའི་ལུས་རྟེན་ལ་འགྲོ་བ་རིགས་  
 དུག་ཀ་ཡོད་ལགས། འོ་ན། སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བའི་ལུས་རྟེན་ལ་འགྲོ་བ་རིགས་  
 དུག་ཀ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འདྲའི་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བའི་ལུས་རྟེན་  
 ལ་འགྲོ་བ་རིགས་དུག་ཀ་མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་  
 སྒྲེ་བའི་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཁྲུངས་མེད་པའི་ཕྱིར། ལུང་གི་ཁྲུངས་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་  
 བའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲེ་བའི་ལུང་གི་ཁྲུངས་མེད་པར་ཐལ། ལུང་གི་ཁྲུངས་གང་  
 དུ་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན་ལན་བསབས་པའི་མདོ་ན་ཡོད་  
 ལགས། འོ་ན། རྟེན་ལན་བསབས་པའི་མདོར་དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་  
 སྒྲེ་བ་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟེན་ལན་བསབས་  
 པའི་མདོ་ལས་དེ་ལྟར་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་  
 པ་དཔུལ་བའི་གིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲུད་དུ་འཁྲུངས་པའི་ཆེ་གྲོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་ལ་དམིགས་  
 ཉེ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་བསྒྲེད་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དཔུལ་བའི་གིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲུད་དུ་  
 འཁྲུངས་པའི་ཆེ་གྲོགས་སྐྱུག་བསྐྱེལ་བ་ལ་དམིགས་ནས་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་བསྒྲེད་པ་མ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་དཔུལ་པའི་ཤིང་རྟ་འདྲེན་  
 པའི་གྲད་དེས་གྲོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱགས་འབྲུངས་པ་  
 ཅམ་ལས་སློན་སེམས་མ་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བསྐྱེད་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་དཔུལ་  
 པའི་ཤིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲད་དེས་གྲོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་  
 བྱགས་འབྲུངས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཅམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཆིན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མངོད་  
 པའི་སྒྲིམ་གསུམ་ནམ་གཞག་བྱུང་བ་སྟུན་གྱི་དོར་ལས། དཔུལ་པའི་གྲད་གྲོགས་ལ་དམིགས་ནས་བདག་  
 པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱགས་འབྲུངས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཐ་སྙད་བཏགས་པ་ཅམ་དུ་སྒྲུབ་གི་དེ་དག་  
 ལ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སྒྲིམ་པའི་མིང་དང་དོན་གང་ཡང་མི་སྒྲུབ་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་དཔུལ་པའི་ཤིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲད་དེས་གྲོགས་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་བདག་པས་གཞན་གཅེས་པའི་བྱགས་འབྲུངས་པ་ཅམ་ལས་སློན་སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བདག་ཅག་གི་སློན་པ་དཔུལ་པའི་  
 ཤིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲད་དུ་འབྲུངས་པའི་ཆོ་གྲོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་སློན་སེམས་དངོས་  
 སུ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་འདྲའི་དཔུལ་པའི་  
 ཤིང་རྟ་འདྲེན་པའི་གྲད་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་གྲོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ལ་དམིགས་ནས་སེམས་བསྐྱེད་  
 པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དཔུལ་པའི་རྟ་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀའི་རྟ་ལ་  
 སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འཁོར་  
 གསུམ། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀའི་རྟ་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མངོད་པའི་སྐྱོད་ལུ་མ་

དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ལས། འགྲོ་བ་རིགས་ཀྱི་ཀའི་རྟེན་ལ་སྒྲིན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་  
ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། འགྲོ་བ་  
རིགས་ཀྱི་ཀའི་རྟེན་ལ་སྒྲིན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་  
ན། ཆར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅུ་བ་ནས་འདུག་སྒྲིམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྐྱིན་སོགས་པར་  
སྐྱིན་དུག་པོ་གང་རུང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་བྱེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ། **སྒྲིན་སེམས་**  
**གྱི་མཆན་ཉིད་དུ་བཞག་པ་དེ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར།** **རྟགས་མ་གྱུ་བ།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། **སྒྲིན་**  
**འདུག་གི་ཁྱད་པར་དེ།** འདུག་སྒྲིམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྐྱིན་སོགས་པར་སྐྱིན་དུག་པོ་གང་རུང་གི་  
ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་བྱེན་པ་དང་མ་བྱེན་པའི་སྒྲིན་སེམས་འཛོག་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྱུ་བ།**  
དེ་མི་འཛོག་པར་ཐལ། **སྒྲིན་འདུག་གི་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།** **རྟགས་མ་**  
**གྱུ་བ།** འཁོར་གསུམ། དེ་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་འགལ་བ་དེ་ཡང་མཁས་གྱུ་བ་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྱུ་བ།** དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
གྱིས་མཛད་པའི་པར་སྐྱིན་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ་ལས། རང་ལུགས་ནི། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གང་།  
ལམ་ལ་སྒྲོབ་པའི་བྱ་བས་མ་བྱེན་པ་ནི་སྒྲིན་སེམས་ཁོ་ན་ཡིན་ལ། དེ་གང་། དེས་བྱེན་པ་ནི་འདུག་སེམས་  
ཡིན་ཅིང་། **སྒྲིན་འདུག་འགལ་བ་མིན་ནོ།** ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་  
ན། ཆར། འོ་ན། **སྒྲིན་འདུག་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ།** **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར། དེ་  
འགལ་བར་ཐལ། **འདུག་སྒྲིམ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྐྱིན་སོགས་པར་སྐྱིན་དུག་པོ་གང་རུང་གི་**  
**ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་བྱེན་པ་དང་།** དེས་དངོས་སུ་བྱེན་པ་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། **བྱུ་**  
**བ་མ་བྱུང་།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུ་བ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་སྒྲིན་འདུག་སོ་སོའི་མཆན་  
ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༡༥ རྟེན་མཁྱེན་ཚུལ་ངེ་ལྟར་དུ་བརྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྱུ་བ་པའི་ཕྱིར།  
**རྟགས་མ་གྱུ་བ།** དེ་མ་གྱུ་བ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་**  
**པ་རྟགས་མ་གྱུ་བ།** **སྐྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་

ཐལ། གཞུང་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 བྱུང། སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་  
 མཐུན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཆོག་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་བྱུང། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་  
 དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་པའི་གཞུང་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གོང་གི་རྣམ་མཐུན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གིས་བསྟན་ཚུལ་གསུང་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱིས་རྒྱས་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་  
 པ་ཡིན་གསུངས་པ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱིས་ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་  
 ཚུལ་གཉིས་གསུངས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་བྱུང། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་  
 པོ་སོགས་ཀྱི་འདོད་པ་ལྟར་གྱི་རྒྱས་འབྲས་བུ་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བསྟན་ཚུལ་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་བྱུང། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་དེ་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྒྱ་དང་། རྣམ་  
 མཐུན་དེ་འབྲས་བུའི་ཚུལ་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་ལུགས་  
 ལ་དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་པོ་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཐུན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམ་མཐུན་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམ་མཐུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་བརྒྱ་པོ་རེ་རེ་ནས་རྣམ་མཐུན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང། འཁོར་གསུམ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་  
 པོ་གང་རུང་ཡང་ཡིན། རྣམ་མཐུན་གྱི་རྒྱ་ཡང་མ་ཡིན་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང། དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དེ། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པ་གང་ཞིག  
 དེ་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་བྱུང། དེ་རྣམ་མཐུན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། རྣམ་མཐུན་  
 གྱི་རྒྱ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་

སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་པོ་དེ་རེས་ནམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་རྒྱ་མི་བྱེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། དེ་དག་ནམ་མཁའ་སྐྱེད་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ལོ་རྒྱུ་བ་  
 ཆེན་པོ་སྔགས་ལྟར་ན། སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་པོ་དེ་དང་། རྣམ་མཁའ་ནི་གཉིས་རྒྱུས་འབྲས་  
 བྱ་མཆོན་པའི་ཚུལ་དུ་བཞུགས་སུངས་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཅུ་བའི་  
 དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེས་ཀྱང་མི་ཆད། ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོ་སྔགས་ཀྱིས་རྒྱུས་འབྲས་བྱ་མཆོན་པའི་ཚུལ་  
 དུ་བཞུགས་སུངས་པ་དེ་མི་འཐད་པའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་གཞན་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྒྱུ་འབྲས་མ་ཡིན་པའི་རྒྱུ་བ་བྱེད་གཞན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རྒྱུ་འབྲས་ཡིན་ན། རྣམ་མཁའ་ནི་རྟགས་པ་ལ་དེའི་རྒྱ་རྟགས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་  
 མི་དགོས་པ་གང་ཞིག་སྐབས་འདིར་རྣམ་མཁའ་ནི་རྟགས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་རྟགས་  
 པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་མཆན་ཉིད་  
 རྟགས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་མཆན་  
 ཉིད་རྟགས་ན། སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་རྟགས་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་  
 མཁའ་ནི་དེ་རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་རྟགས་ན་སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་རྟགས་པས་རྩབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཆར། རྣམ་མཁའ་ནི་རྟགས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་རྟགས་པ་སྟོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་པོ་རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁའ་ནི་དང་དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སྔགས་ཆོས་བརྒྱུ་པོ་རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་  
 ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། རྣམ་མཁའ་ནི་ཀྱི་ཡུལ་ཡིན་ན། རྣམ་  
 མཁའ་ནི་དང་དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
 ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ཡིན་



ན། ཡུལ་དེ་ཡུལ་ཅན་ལ་སྒྲོས་ནས་འཛིག་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཡུལ་དེ་  
 ཡུལ་ཅན་ལ་སྒྲོས་ནས་འཛིག་དགོས་ན། ཡུལ་དེ་ཡུལ་ཅན་དེའི་དུས་སུ་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འདྲི་ན། དེ་གཉིས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་ཡིན་ན། དུས་མཉམ་དུ་ཡོད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འདྲི་ན། ཆར། འོ་ན། སེམས་བསྐྱེད་སྟོགས་ཆོས་བརྩེ་པ་དང་རྣམ་མཁྱེན་གཉིས་དུས་  
 མཉམ་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ཆར། འཁོར་གསུམ། དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་  
 དུ་ཡོད་པའི་འཐད་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སྟོགས་ཆོས་བརྩེ་པ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སྟོགས་ཆོས་བརྩེ་པ་རྣམ་མཁྱེན་སྐྱེད་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་  
 ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སྟོགས་ཆོས་  
 བརྩེ་པ་རིམ་གྱིས་རེ་རེ་བཞིན་ལེགས་པར་བསྐྱབ་ན་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་ཅུས་ཀྱི། དེ་ལས་གཞན་པའི་རྒྱ་  
 ལ་བརྟེན་ནས་དེ་ཐོབ་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར།

༤༥ འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་  
 གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་སྟོགས་འགྲོ་བ་  
 རིགས་དྲུག་ཀའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་  
 ཉམས་ན། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འོ་ན། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་པོ་གང་རུང་གི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་ཅུས་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་དངོས་  
 སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་  
 སྐྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲོན་སེམས་དངོས་  
 སུ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་ལ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་དེ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་དེ་

གཞན་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་བསྐྱེད་པ་དེ་  
 དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སློན་སེམས་དངོས་  
 སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་ན། དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཆར། འོ་ན། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་སློན་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 ཆར། འདོད་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཆོས་དེའི་རྟེན་ལ་སྐྱབ་པ་  
 མེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་མིན་  
 དེ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ལ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་མིན་གྱི་སློན་སེམས་འཛོག་པའི་ཕྱིར། འཛོག་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་ན། དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་མེད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་  
 མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ལ་དམ་པའི་ཆོས་  
 སྐྱབ་པ་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་སྟེ། དཔུལ་བའི་གནས་མི་ཁོམ་པའི་གནས་ཡིན་  
 པས་དེ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་མེད་ཀྱང་། དེ་འདྲའི་དཔུལ་བའི་རྟེན་དེ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་  
 ཡིན་མི་དགོས་པས་དེ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པ་ལ་འགལ་བ་མེད་ལགས། འོ་ན། དེ་  
 འདྲའི་དཔུལ་བའི་གནས་དེ་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཁོམ་པ་མེད་ཀྱང་དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་  
 སྐྱབ་པའི་ཁོམ་པ་ཡོད་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། གནས་དེ་མི་ཁོམ་པའི་  
 གནས་ཡིན་མིན་གནས་དེའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཁོམ་པ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སློན་སེམས་འཛོག་དགོས་  
 པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། འོ་ན། གནས་དེའི་རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཁོམ་པ་ཡོད་  
 ན། གནས་དེ་མི་ཁོམ་པའི་གནས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དཔུལ་བ་

ཆོས་ཅན། མི་ཁོམ་པའི་གནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་རྟེན་ལ་  
 དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པའི་ཁོམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམུལ་བ་པའི་  
 རྟེན་ལ་དམ་པའི་ཆོས་སྐྱབ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམུལ་བ་པའི་  
 རྟེན་ལ་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བརྒྱུད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲོན་སེམས་  
 བརྒྱུད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་  
 དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། མ་ཁྲབ་ན། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་  
 སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་  
 བསྒྲོམས་བྱུང་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམུལ་བའི་རྟེན་ལ་སེམས་བརྒྱུད་  
 པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལ་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སེམས་བརྒྱུད་ཡིན་ན། བསྒྲོམས་  
 བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་རྩར་ཁྲབ་པ་བྱལ་བ་  
 གཉིས་པ་ཙོང་ཁ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མངོན་པའི་རྣམ་པ་གད་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་  
 པར་བྱའོ་སྙམ་པ་ཅམ་ནི་ཆོག་རྗེས་འབྲངས་པའི་གོ་བ་ཅམ་ཡིན་པས་བྱར་གིང་གི་ཤུན་པའི་རོ་དང་འབྲ་  
 རྟེན་། དེ་ལ་སེམས་བརྒྱུད་པ་ཟེར་ཡང་སེམས་བརྒྱུད་དངོས་མིན་ནོ། ཞེས་དང་། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 སྒྲོང་པའི་མན་ངག་བཞིན་དུ་སྦྱངས་པ་ལ་བརྟེན་ནས། ཡིད་ལེགས་པར་འཁྲལ་བྱུང་པའི་སྒྲོང་བ་ཁྱད་  
 པར་ཅན་སྟེས་པ་ནི། ཤུན་པའི་ནང་གི་བྱར་གིང་དངོས་ཀྱི་རོ་དང་འབྲ་བས་སེམས་བརྒྱུད་མཆན་ཉིད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སེམས་བརྒྱུད་ཡིན་ན། བསྒྲོམས་  
 བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་  
 སེམས་བརྒྱུད་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་བསྒྲོམས་  
 བྱུང་སྐྱེ་བ་མེད་པ་གང་ཞིག་ སེམས་བརྒྱུད་ཡིན་ན་བསྒྲོམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 དང་པོ་མ་གྲུབ། འོ་ན། དམུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་བསྒྲོམས་བྱུང་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། དམུལ་བའི་རྟེན་ལ་བསྒྲོམས་བྱུང་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་

པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། འདོད་པའི་ས་ལས་ས་མཐོན་པོར་  
རྒྱད་པའི་ཆེ་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་བསྒྲོམས་བྱུང་བསྐྱེད་པར་བྱེད་པ་མ་གཏོགས་པ་དེ་ལ་བསྒྲོམས་བྱུང་མེད་  
པར་ཆོས་མངོན་པ་ལས་ལན་དུ་མར་བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། འོ་ན། དཔུལ་བ་པའི་རྟེན་ལ་བསྒྲོམས་བྱུང་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
འོ་ན། སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། བསྒྲོམས་བྱུང་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ་ལོ། །

༥༥ འདི་ལྟར་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩོམ་བཞག་དུ་ཡོད་དེ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་  
པའི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་བྱུང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་  
སྟོར་གྱུར་པའི་རྣམ་རིག་དེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྩོམ་འཛོག་ཅས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟ་བུའི་རྣམ་རིག་དེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་རྩོམ་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན་རང་གི་  
གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་བྱུང་བའི་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྟོར་གྱུར་པའི་རྣམ་རིག་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲུབ་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཁྲུབ་པའི་མུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་  
འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྟོར་གྱུར་པའི་རྣམ་རིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན།  
དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྟོར་གྱུར་པའི་རྣམ་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སངས་  
རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟ་བུའི་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་  
པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
བྱུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་བོའ་པར་འདོད་པའི་སྟོ་

ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་  
 བྱང་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དེ་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སེམས་བྱུང་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་དམིགས་པ་དང་ནམ་པ་མཚུངས་  
 པ་སོགས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྡ་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་འདོད་  
 ཀྱི་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱགས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཆོས་ཅན། རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རྫོགས་བྱང་ཐོབ་ཟིན་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལ་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་བ་དེ་  
 རྫོགས་བྱང་མ་ཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། རྫོགས་བྱང་ཐོབ་ཟིན་  
 ན། རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པ་དོན་དུ་མི་གཉེར་བས་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། རྫོགས་བྱང་ཐོབ་  
 ཟིན་ནས་སྒྲར་ཡང་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ལ་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྱུབ། སེམས་ཅན་གཞན་རྫོགས་བྱང་ལ་འགོད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། སེམས་ཅན་གཞན་  
 རྫོགས་བྱང་ལ་འགོད་པའི་དགོས་པ་ཡོད་ཀྱང་སངས་རྒྱས་འཕགས་པས་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་  
 བའི་དགོས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུབ། འོ་ན། སེམས་ཅན་གཞན་རྫོགས་བྱང་ལ་  
 འགོད་ན་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་གཉེར་དགོས་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སངས་རྒྱས་  
 འཕགས་པའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་ཟིན་ཀྱང་རྫོགས་བྱང་དོན་དུ་

གཉེར་ཚུ་ལ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཡོད་ན། འཇོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྫོགས་བྱང་ཐོབ་ཟིན་ཀྱང་། སེམས་  
 ཅན་གཞན་གྱིས་མ་ཐོབ་པས་སེམས་ཅན་གཞན་གྱིས་འཐོབ་བྱུང་གྱུར་པའི་རྫོགས་བྱང་སེམས་  
 ཅན་གཞན་གྱིས་ཐོབ་པ་དོན་དུ་གཉེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་པའི་རང་གི་  
 ཐོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། རང་གི་ཐོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་དུ་བྱུང་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒྲོར་གྱུར་པའི་ནམ་རིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན་  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་མཛོད་སྤྲུལ་བསྟན་པའི་བདག་པོ་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་  
 དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་  
 པའི་ནམ་བཤད་རྟོགས་དགའི་སྤང་བ་ལས། རྫོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་དེ། རང་  
 ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། དེའི་ཆེད་དུ་ལམ་ལ་སློབ་པ་གང་ཡང་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་  
 བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
 དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ལམ་རིམ་

ཆེ་ཆུང་དང་གསེར་ཤིང་ལྟར་ན། སྒྲོན་སེམས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་། འདུག་སེམས་  
ཚོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་ཡོད་པར་བཤད། ཅེས་དང་། ལམ་རིམ་སོགས་ལས་བཤད་  
པ་རྗེ་ཡབ་སྐུ་སྐྱེས་ཀྱི་ལྷན་གྱི་བཞེད་པར་གོའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༦༥ མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྒྲི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
གྲུབ། ལྷ་པ་ཕན་ཡོན་བཤད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་  
འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྟེན། རྒྱ་  
ངོ་བོ། རབ་དབྱེ་སོགས་བཞི་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྷ་པོ་ཅུ་བའི་ས་བཅད་  
གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐའ་དབྱུང་  
པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་  
དེའི་དོན་ཞིག་འགྲེལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་དུ་སེམས་བསྐྱེད་  
པ་དེ་མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པ་སོགས་ཀྱི་ཕན་ཡོན་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཕན་ཡོན་ཆེན་པོ་ཅན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་ཅིག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་བཙུང་མ་ལྟན་འདས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཀླན་རྫོབ་སེམས་  
བསྐྱེད་ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་གསུང་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་  
བྱུང་ལ་དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྟན་དུ་བྱུང་བའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒྲོར་  
གྱུར་པའི་རྣམ་རིག་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོན་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒྲོ་ཡིན་དགོས་  
པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒྲོ་

ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་སྒྲིལ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་  
 ལམ་དུ་འཇུག་པ་ལ་སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་  
 པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བསྐྱེད་དེ།  
 ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒྲིལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་  
 ལམ་གྱི་འཇུག་སྒྲིལ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་འཇུག་པ་ལ་ཁྱོད་དེས་པར་དུ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒྲིལ་  
 ཆད་ཅིག་འདྲི་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་མིན་ལ་བཤད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་མིན་གང་ལ་བཤད་གསུང་ཆུ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་དེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་རུང་བ་ཟིན་ན། རང་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་པའི་ལམ་དུ་འགྱུར་ལ། ལམ་དེས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་  
 མ་ཟིན་ན། རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཟིན་བྱེད་ཀྱི་ལམ་དེ་ཡིན་མིན་  
 ལ་བཤད་ལགས། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། བྱང་སེམས་ཆོགས་ལམ་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྒྲིལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་དམ་བཅའ་བས་བཞག་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་ལམ་གྱི་རྩ་བའི་ཆད་དེ་ཆད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆད་བར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཆོགས་  
 ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དེས་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་རུང་བ་ཟིན་ན། ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་ལམ་དུ་འགྱུར་ལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དེས་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་མ་ཟིན་ན། དེ་  
 ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འགྱུར་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ལམ་གང་ཡང་རུང་བ་སྒྲིང་རྩེ་དེས་ཟིན་ན། ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་པའི་ལམ་དུ་འགྱུར་བ་གང་ཞིག་དེའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་སྒྲིང་རྩེ་དེས་མ་ཟིན་ན། རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་བའི་ཕྱིར། རྟགས་



མ་གྲུབ། དེ་འགྲུར་པར་ཐལ། ཉགས་དང་པོ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་གཉིས་པ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 དང་པོ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་མ་གྲུར་པའི་ལམ་  
 གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཉགས་གཉིས་པ་ཡང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། གྲུབ་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་གང་ཡང་སྤང་མེད་དེས་མ་བཟེན་ན་གང་དུན་དུན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆར། འོ་ན། གྲུང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་མེད་དེ།  
 ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མདུན་གྱི་དམ་བཅའ་བས་བཞག་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་ལམ་གྱི་རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཆད་དེ་ཆད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 རྩ་བ་ཡིན་པའི་ཆད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་མ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་  
 ལམ་གྱི་འདུག་སྒོའི་ཆད་བྱེད་པ་ཡོད་པའི་ཁྱེད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བྱོད་  
 རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ལ། བྱོད་རང་  
 རྒྱུད་ནས་ནམ་ཉམས་པ་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་མིན་ལ་བཤད་ལགས།  
 འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་ཚོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་  
 རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པར་འཛིག་ལ་བྱོད་རང་རྒྱུད་ནས་  
 ནམ་ཉམས་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱེད་པར་  
 ཐལ། བྱོད་རང་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་རྒྱལ་དུ་ཡོད་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པར་འཛིག་ལ་བྱོད་  
 རང་རྒྱུད་ནས་ནམ་ཉམས་ན་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྲུར་ན་བྱོད་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་  
 སྒོ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་  
 མིན་དེ་ལ་བཤད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་  
 སྒོའི་ཆད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཡང་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོའི་ཆད་ཡང་དག་ཅིག་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་

ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཁྱོད་རང་རྒྱད་ལ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་ཚུལ་དུ་ཡོད་པའི་  
ཆ་ནས་རང་ཉིད་ཐེག་ཆེན་པར་འཛོལ་ལ་ཁྱོད་རང་རྒྱད་ནས་ནམ་ཉམས་ན་དེའི་ཆ་ནས་རང་  
ཉིད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་འགྱུར་མིན་ལ་བཤད་ལགས།

ལ། ཕྱི་མས་རྒྱ་བྱས་པ་ལས་སྤྲ་མ་འབྱུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་  
ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མཐའ་དཔྱད་པ་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་  
དོན་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། གོང་དུ་བྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་ཆོག་ ཕྱི་མས་རྒྱ་བྱས་པ་ལས་སྤྲ་མ་འབྱུང་དགོས་པའི་ཕྱིར་  
ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱར་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་འདོད་པ་དང་དེའི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད་  
པ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་མས་རྒྱ་བྱས་པ་ལས་སྤྲ་མ་འབྱུང་ཚུལ་ཞིག་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འགྲོ་བ་སྤྱད་པ་སྤུལ་གྱི་རྒྱ་མཚོར་རྩལ་པར་དམིགས་  
ནས་དེ་དག་འདོན་པར་འདོད་པའི་བསམ་པ་དགེ་བའི་ཆོས་གཞན་དོན་ལ་འདུན་པའི་མཚན་  
ཉིད་ཅན་གྱི་དོན་དུ་གཉེར་བའི་འདོད་པས་རྒྱ་བྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་དེ་དག་གི་ཕྱིར་དུ་འཆང་  
རྒྱ་བར་འདོད་པའམ་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་དེ་འབྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་མ་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་དེ་སེམས་བསྐྱེད་ལ་གྲོགས་སུ་དགོས་ཚུལ་ཞིག་གསུང་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྫོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་  
ལ་གཞན་དོན་དུ་བྱང་ཆུབ་འདོད་པ་གྲོགས་སུ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་འདོད་པ་དེ་དང་མཚུངས་

ལྡན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། རྫོགས་བྱང་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འོ་ན། རང་གི་གྲོགས་རྫོགས་བྱང་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་  
 ན། རྫོགས་བྱང་དོན་གཉིས་ཀྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། རང་གི་གྲོགས་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན། འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་  
 ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། འདོད་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདོད་པ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་འདོད་པ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཁས།  
 ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་འདོད་པ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་  
 པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་ན། གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་འདོད་པ་ཡོད་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཆོས་དེ་དང་གཞི་དེ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྟ་  
 མཚུངས་ཡིན་ན། ཏུས་མཚུངས་པ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་དེ་ཡིན་ན་ན་གཅིག་ཤོས་ཡོད་ན་གཅིག་  
 ཤོས་དེ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་ན། ཁྱོད་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 ཡིན་ན་འདོད་པ་ཡོད་ན་ཁྱོད་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདོད་པ་རྒྱུད་ལྡན་  
 གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཁྱབ་  
 པར་ཐལ། འདོད་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྟ་མཚུངས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། འདོད་པ་དང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་  
 ནམ་པ་ལྟ་མཚུངས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་གཉིས་མཚུངས་ལྡན་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་འདོད་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་

ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རང་གི་གྲོགས་སུ་  
གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན། འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་དང་  
མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ།  
ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་བྱལ་པར་ཐལ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན།  
འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་  
ན། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་ན། བྱང་  
ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་རྒྱད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་རྒྱད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་དུ་  
མ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་  
རྒྱད་ལ་བྱང་ཆུབ་དོན་གཉེར་གྱི་འདོད་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཡོད་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་  
གང་ཟག་ཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱད་ལ་མ་  
སྐྱེས་པའི་ལམ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་བྱང་ཆུབ་ཐོབ་འདོད་མ་སྐྱེས་པར་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱད་  
ལ་སྐྱེ་མི་རྒྱས་པ་གང་ཞིག་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རང་རྒྱད་ལ་མ་སྐྱེས་ན་ཐེག་ཆེན་ལམ་དུ་མི་ཞུགས་  
པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ལམ་ལ་མ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱད་ལ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་  
པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་དགེ་ལེགས་དཔལ་  
བཟང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
རྟགས་སྒྲུང་ལས། སྒྲོན་སེམས་ལམ་དུ་མ་ཞུགས་པ་ལ་ཡོད་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ འདི་ནི་ད་ཡིད་རབ་དུ་དང་པའི་གནས་སུ་མཐོང་ངོ་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་

པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཡིན་ཚུལ་གྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་ཐལ། དེ་གང་  
 ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་ངོ་བོའི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ་  
 བཤད་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་  
 རྣམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་མཆམས་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ།  
 དགོས་ཆེད་ཀྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ། དཔེ་གྲགས་ཆོས་མཐུན་གྱི་སྒྲོན་ནས་དབྱེ་བ་རྣམས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་པ་དབྱེ་བ་བཤད་  
 པ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། འདི་ཉིད་ཡིད་རབ་དུ་དང་བའི་གནས་སུ་མཐོང་  
 འོ་ན། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དྲངས་མ་  
 ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་འདི་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་གཉིས་དང་གསེར་སྤེང་ལྟར་ན་མཆོན་ཉིད་སྤེང་དང་འདྲ་བ་  
 ལ་སྒྲོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་འདུག་སེམས་འདུག་སྤྲོ་མ་ཐོབ་པའི་ཆོགས་ལམ་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་ཉིད་འདི་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ཡིན་  
 ལགས། འོ་ན། སྒྲོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་། འདུག་སེམས་ཆོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སའི་བར་དུ་བཞག་པ་འཐད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་འཐད་པར་ཐལ། ས་ཐོབ་ནས་སྤྱོད་པ་ཉམས་  
 ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་ཟིན་པའི་སེམས་བརྒྱུད་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་སྤྲིད་  
 པར་ཐལ། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲོན་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ།  
 སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་ས་མཆམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ནར་འཛིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་འཛིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཛིན་པ་དེ་ཡང་ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་དང་གསེར་སྤེང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་  
 པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། ལམ་རིམ་ཆེ་  
ཆུང་གཉིས་དང་གསེར་ཕྱིང་ལྟར་ན་མཆོན་ཉིད་སྤར་དང་འབྲུ་བ་ལ་སྒྲིན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་འབྲུག་  
སེམས་ཆོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་པར་གསུངས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྒྲིན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ནར་འཛོགས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། ཆར། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲིན་སེམས་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ས་  
ཐོབ་ནས་སྒྲིན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་བློན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མི་སྲིད་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཆར། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲིན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་བློན་པའི་སེམས་  
བསྐྱེད་སྲིད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྲིད་པར་ཐལ། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲིན་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲིན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་  
ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིན་མེ་ལས། སྒྲིན་སེམས་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
ཆོགས་ལམ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་དང་། འབྲུག་སེམས་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ནས་  
སངས་རྒྱུས་ཀྱི་སའི་བར་ན་ཡོད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༧༥ ཞེས་སོགས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མདོ་རྣམས་གསུངས། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞེས་སོགས་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མདོ་རྣམས་གསུངས། ཞེས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་སྒྲིན་  
བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆོག་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ནས་བཙུམ་ཆུན་  
འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ཆུན་པ་ཤུ་རིའི་བྱ་ལ་བཀའ་བསྟུན་པ། ཤུ་རིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་  
དཔལ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མདོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་  
རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་སྤྱིན་པ་ལ་བཙོན་པར་བྱའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་

ཆོག་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་བརྟན་བཙུག་མངོན་ཏོགས་  
 གྱུ་གྱི་ཆོག་ངོས་འཛིན་གྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་  
 འོན་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་ཤོ་ལོ་ཀ་གསུམ་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གཞུང་ཆོག་དེ་དག་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་  
 བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་འོན་ཕྱིར། །ཞེས་སོགས་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 བརྟན། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །ཞེས་སོགས་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཚུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་འཆད།  
 དེ་ཡང་ས་གསེར་རྒྱ་བ་མེ། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མཆན་ཉིད་དང་དམིགས་པ་དེ་དང་ལྡན་པའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཆད་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཐོག་མར་རྣམ་མཁྱེན་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་  
 ཆོས་བཅུ་ཉི་ལྔ་ནས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་པོར་འཆད་པའི་གྱུ་མཆན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒྲོར་གཤམ་པའི་ཆེད་དུ་ཆོས་བཅུ་  
 ཉི་ལྔ་ཐོག་མར་འཆད་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་སེམས་བསྐྱེད་དེའི་ངོ་  
 བོ་ངོས་འཛིན་གྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་དོན་དུ་རྟོགས་བྱང་ལ་དམིགས་  
 བྱེད་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་  
 འདུག་སྒྲོར་གྱུར་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱེད་པར་ཅན་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། མཆན་ཉིད་དེ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། མཆན་ཉིད་དེ་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་  
 པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། མཆན་ཉིད་དེ་རྟོགས་ན། རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་  
 པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། མཆན་ཉིད་དེ་རྟོགས་ན། ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པས་བྱུང་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། བྱུང་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་  
 པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་ན་དེ་མཆོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོས་བཅུ་རྟོགས་པས་བྱུང་པ་གང་ཞིག་ཆོས་བཅུ་

རྟོགས་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་རྟོགས་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པའི་ཕྱིར། དེས་ན། མཚན་  
ཉིད་དེ་རྟོགས་ན་སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། ཐེག་ཆེན་  
སེམས་བསྐྱེད་རྟོགས་ན། སྟོང་ཉིད་རྟོགས་པས་བྱལ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐེག་  
ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་  
པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་གྱུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
འཁོར་གསུམ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྟོགས་ན། དེའི་མཚན་ཉིད་རྟོགས་པས་  
བྱལ་པ་གང་ཞིག་མཚན་ཉིད་རྟོགས་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་པས་  
བྱལ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རྟོགས་  
ན། དེ་དེས་པའི་ཡན་ལག་གཞན་དོན་དང་བྱང་ཚུབ་གཉིས་རྟོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
དེ་དགོས་པར་ཐལ། བྱང་ཚུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེས་པའི་  
ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་  
ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་  
མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དེས་པའི་ཡན་ལག་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཚུབ་དང་གཞན་  
དོན་གཉིས་འཆད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། གཞན་དོན་དང་  
བྱང་ཚུབ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་མཚན་ཉིད་དེས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། ཚར། མཚན་ཉིད་དེ་རྟོགས་པ་ལ་དེ་དེས་པའི་ཡན་ལག་གཞན་དོན་དང་བྱང་ཚུབ་གཉིས་  
རྟོགས་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྟོགས་ན་ཐེག་  
ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། དེ་འདྲའི་སེམས་  
བསྐྱེད་རྟོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་གྱུར་པའི་རྣམ་མཁྱེན་རྟོགས་པས་བྱལ་  
པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་པས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་  
པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་རྟོགས་ན། ཐེག་ཆེན་ཀྱི་བྱང་ཚུབ་ཏུ་གྱུར་



པའི་ནམ་མཁུན་མ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
བྱང་ཆུབ་ནམ་མཁུན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༠༥ དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་ཆོག་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
ཀྱི་མཚན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་འཆད་ཅིང་། ཞེས་  
པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་  
དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་འཆད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་འབྲེལ་  
ཆུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱང་ཆུབ་དེ་དང་གཞན་དོན་དེ་ནི་མདོ་བར་བཞི་བྲི་ལས་བསྡུས་པ་དང་  
རྒྱས་པའི་སྒྲོན་མེ་འཆད་པ་དེ་བཞིན་དུ་ཤེར་མདོ་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱིས་དེ་ལྟར་དུ་འཆད་  
ཅེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། ཡུམ་བསྡུས་པ་བརྒྱད་སྟོང་པ་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་ཀྱིས་ཉི་བྲི་ལས་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་འཆད་པ་དེ་བཞིན་དུ་འཆད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
བརྒྱད་སྟོང་པ་དེ་ལ་བྱང་ཆུབ་དེ་དང་གཞན་དོན་དེ་གཉིས་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་འཆད་ཀྱི་  
ཆོག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་རྗེ་  
ཐམས་ཅད་མཁུན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཤེང་ལས། ཁ་ཅིག་ཡུམ་གསུམ་ག་ལས་གསུངས་ན་འདིར་  
བར་མ་ཅམ་བོག་ཀྱི་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་མི་འདྲན་པ་ཅི་ཞེས་པའི་ལན་དུ་སྦྱོར་བ་ནི་བྱེས་པ་འདྲིད་པའི་  
ཆོག་སྟེ་བསྡུས་པ་ན་ཆོག་དགོད་རྒྱ་མེད་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
ཡུམ་བསྡུས་པ་ན་དེ་གཉིས་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་འཆད་ཀྱི་ཆོག་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་འདྲི་ཡུམ་བསྡུས་པ་དེས་རྒྱས་བསྡུས་གཉིས་ཀྱི་སྒྲོན་མེ་འཆད་  
པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། གོང་གི་དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། བསྡུས་དང་རྒྱས་

པའི་སྒོ་ནས་བརྗོད། ཁྱེད་པའི་མདོ་དོན་འགྲེལ་ཚུ་ལ་དེ་མི་འབད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན་ཆར། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། གོང་གི་རྒྱ་ཆེན་དེས་དངོས་བསྟན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཚན་ཉིད་འཛིན་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་ཤིང་རང་གི་སྒོ་གས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོར་གྱུར་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་གྱི་རྣམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་བྱུགས་རྒྱུད་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། དེ་འདྲའི་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ཐེག་ཆེན་ཆོག་གས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་གསར་དུ་སྐྱེས་པ་ཡོད་པར་བཤམ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་བཤམ། དེ་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་བཤམ། ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་ན། གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་པར་འཛིན་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་དེ་ལ་འདུག་པའི་སྒོ་ནས་ཐེག་ཆེན་པར་འཛིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་རིམ་ཆེ་རྒྱུད་དང་རྣམ་བཤད་སྒོ་གས་སུ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་གསུངས་པ་མ་གཏོགས། དེ་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་མ་གསུངས་པ་དང་། པཎ་ཆེན་གྱིས་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པས་བྱུང་ཅེས་པའི་དོན་ནི། དཔེར་ན། མི་དེ་ཁང་པའི་ནང་དང་ཕྱི་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་བྱུང་པར་ལྟ་སའི་གཞི་ནི་ཁང་སྒོ་འི་ནང་དང་ཕྱི་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛིན་པ་ལྟར། གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་མིན་ལྟ་སའི་གཞི་ནི་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ལ་དེ་གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛིན་པ་དེ་སྐབས་འདྲིའི་འདུག་སྒོ་འི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ལ་འདུག་སྒོ་འི་དོན་དེ་མི་ཆང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེའི་རྒྱུད་

ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་དེ་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་རོ།  
འོ་ན། དེའི་རྒྱུ་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐོབ་ལ་  
མ་ཉམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། མ་བྱལ་པའི་རྒྱ་མཚན་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཡོད་ན་ཡོད་པས་  
མ་བྱལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
པཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་ཀྱང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཐོབ་ལ་མ་ཉམས་  
པར་ཡོད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༡༥ རྣམ་མཁྱེན་དུ་གོ་རུས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་  
བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྲ་མ་  
ངོས་བཟུང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ཡུལ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་དངོས་སུ་བརྟན་པས་དེ་མངོན་  
སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཞེས་པ་གཞུང་ཆོག་སྲ་མ་ཡིན་ལ། དེ་སེམས་  
བསྐྱེད་བརྟན་པའི་སྐབས་སུ་བྱུང་བ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་བྱུན་གྱི་  
སྐབས་དང་པོར་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་བརྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་  
རྣམ་མཁྱེན་དུ་བརྟན་ཟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་  
བྱུན་གྱི་སྐབས་དང་པོར་རྣམ་མཁྱེན་བརྟན་ཚུལ་ལ་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བརྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་ཚུལ་  
གཅིག་དང་། ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཚོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་པ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་རེ་རེའི་སྒྲོན་མེ་བརྟན་ཚུལ་དང་། དེ་དང་དེ་ནི་  
མདོ་བཞིན་དུ། ཞེས་པས་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་བརྟན་ཚུལ་བཅས་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་པོ་འདི་རྣམ་མཁྱེན་

གྱི་རྩེ་ས་སུ་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་ཡིན་པས་རྒྱ་ས་མཆོན་ནས་འབྲས་བུ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་མཁུན་དུ་བསྟན་པ་དེ་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་  
 རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་རྒྱལ་ཡིན། ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་རྒྱལ་ནི།  
 ཡུལ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ནམ་མཁུན་དུ་གོ་བྱས་པ་དེ་ཡིན། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །ཞེས་  
 པས་དམིགས་ཡུལ་བྱང་རྒྱལ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་པོ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 དེས་པའི་ཡན་ལག་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལགས། བསྟན་རྒྱལ་གསུམ་པོ་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསྟན་རྒྱལ་གསུམ་པོ་རང་ལུགས་ལ་འཐད་པ་མ་ཡིན། མི་འཐད་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བསྟན་རྒྱལ་དང་པོ་འཐད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོན་ཀྱང་རྒྱ་ས་འབྲས་བུ་བསྟན་  
 པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་པ་དེ་རང་ལུགས་ལ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འཐད་པར་ཐལ།  
 བསྟན་རྒྱལ་གཉིས་གང་བྱས་ཀྱང་རང་ལུགས་ལ་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཐད་པར་  
 ཐལ། དེ་གཉིས་གང་བྱས་ཀྱང་འགལ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་འཇམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྣམ་པོ་ལ་རྩེ་ཚོང་ཁ་པ་སློང་བཟང་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤེང་  
 ལས། དེ་ལྟར་རྒྱན་སྒྲུང་དང་ཡེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་བཤད་ཀྱང་གཉིས་ཀ་ལྟར་ཡང་མི་འགལ་ལོ། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་གྱིས་  
 བསྟན་པ་དང་། ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་ནས་བསྟན་པ་གཉིས་ཀ་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་རྒྱ་དང་། དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འབྲས་བུར་  
 བྱས་ནས་བསྟན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་པོས་  
 དེ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་བྱེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་  
 རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཆོས་ཅན། དེ་མངོན་སུམ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་རྒྱལ་གྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་འདོད་

ནམ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཆོས་ཅན། འདུས་བྱས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 གྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་གྱིར།  
 གཞན་ཡང་། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་དང་ཐོབ་པ་  
 དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་གྱིར། གོང་དུ་རྒྱ་མ་ཡིན་ཟེར་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་  
 གསུམ་ཆོས་ཅན། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྒྱ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྒྱ་ཡིས་འབྲས་བུ་བརྟན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་  
 པའི་གྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། སྐབས་འདིའི་རྒྱ་དེ་ཐེག་བརྒྱུ་ས་ནས་བཤད་པའི་རྒྱ་འབྲས་  
 གཙོ་པོའི་ཆོས་ལ་བཤད་པ་ཡིན་གྱི་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྩ་ལ་བཤད་པ་མིན་པས་འགལ་  
 བ་མེད་ལགས། འོ་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་དེ་ལྟར་བཞེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལོ་རྒྱུ་བས་སྐབས་འདིའི་རྒྱ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྩ་ལ་མི་བཤད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་བཤད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བཤད་པ་དེ་ཡང་རྟོག་ལོ་རྒྱུ་བ་ཆེན་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མངོན་  
 རྟགས་ཀྱན་གྱི་ཁྱེད་ཀྱང་ལས། རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་རྒྱ་རྣམ་པ་བརྩ་ནི་དང་པོ་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་  
 པ་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པར་ཚོམ་པ་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནས་རྗེས་སུ་སྐྱབ་པའི་མཐར་ཐུག་པ་ངེས་པར་འབྱུང་བའི་  
 སྐྱབ་པའི་བར་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་ན། ལོ་རྒྱུ་བ་  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོས་སྐབས་འདིའི་རྒྱ་དེ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྩ་འདོག་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། ཡུལ་གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཆོན་པའི་ཚུལ་གྱིས་བརྟན་པ་དེ་རང་  
 ལུགས་ལ་འདོད་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཡིན་པའི་གྱིར། འོ་ན། རང་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 སོགས་བརྟན་ན། དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་བརྟན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འོ་ན། འཁོར་ལོ་དང་པོ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱིས་གཟུགས་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་བརྟན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 གྱིར། བརྟན་པར་ཐལ། གཟུགས་སོགས་བརྟན་པ་གང་ཞིག་དེ་བརྟན་པས་དེ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་  
 གོ་རུས་པའི་གྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རུས་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་ཀྱན་སྐབས་དང་པོར་ཡུལ་

སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་བརྟན་པས་དེ་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྱེན་གོ་རྒྱས་པ་གང་ཞིག་རྣམ་  
 པ་ཀྱན་དུ་མཆུངས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གྲོལ་བ་དོན་གཉེར་གྱིས་གྲོལ་བ་ཐོབ་པའི་ཐབས་  
 ཆ་ཆང་བ་ཞིག་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱའི་ནང་དུ་ཆང་བས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་མཁྱེན་  
 པ་ཅོམ་གྱིས་རྣམ་མཁྱེན་གྲུབ་པས་ཡིན་ལགས། གཞན་ཡང་། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། ཞེས་  
 པས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དུ་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་  
 གཉིས་བརྟན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 ངེས་པ་ལ། དམིགས་ཡུལ་གཞན་དོན་དང་བྱང་ཆུབ་གཉིས་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ངེས་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་ངེས་པ་སྡོན་དུ་  
 འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ངེས་པ་ལ།  
 རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ།  
 རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་  
 པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱའི་ནང་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་བརྒྱ་བརྟན་པས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་རྣམ་མཁྱེན་དུ་བརྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༡༥ རྣམས་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་ལྟ་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྡོན་ལུ་མ་དོན་གསལ་བའི་སྡོན་མེ་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་ཆོན་གང་གི་རྣམས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་རྣམས་  
 རས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམས་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་ལྟ་སྟེ།  
 ཞེས་པའི་རྣམས་ནས་བརྟན་པའི་ལྟ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་དང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྒྱ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་

གྱི་ངོ་པོ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གྱི་རབ་དབྱེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གྱི་ཕན་ཡོན་  
 རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་འདོད་པ་མ་ཡིན། མི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འོ་ན། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་མི་  
 འདོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འགྲོ་བ་རིགས་དྲུག་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་  
 རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག རྣམས་མ་གསུམ་གྱི་རྟེན་ལ་ཡང་ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དཔྱལ་བའི་  
 རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག ཡི་དྲུགས་དང་། དུད་འགྲོའི་རྟེན་ལ་  
 ཡང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་དཔྱལ་བའི་  
 རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དཔྱལ་བའི་གིང་  
 རྟ་འདྲེན་པའི་གྲང་དུ་སྐྱེ་འབྱུངས་པའི་ཆོ་གྲོགས་ལ་དམིགས་ནས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྣམ་  
 འདྲེན་བཞི་པ་ཟས་གཙང་གི་སྒྲས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་དྲིན་ལན་བསབས་པའི་མདོ་ལས། སྟོན་པ་སྟོན་རིགས་  
 ལ་གནས་པའི་དུས་ནས་ལས་ཀྱི་རྒྱས་པས་དཔྱལ་བའི་ལྷགས་བསྐྱེད་ཀྱི་ས་གནི་ལ་གིང་རྟ་འདྲེན་པའི་  
 གྲང་ཅིག་དུ་སྐྱེས་སོ། དེའི་ཆོ་རྒྱུ་པོ་སྟོན་པས་ཁྱུང་བ་ལ་སྤྱང་མ་ཨ་ཤང་གིས་ཡང་ཡང་བསྐྱེན་ཞིང་གིན་  
 དུ་བཅེ་བ་བརྒྱད་དེ། དེའི་རྟེན་གྱིས་བྱང་ཁུབ་དུ་སེམས་བརྒྱད་དོ། དེ་ནས་ཨ་ཤང་ལ་སྤྱིང་ཐེའི་སེམས་  
 ཁྱུང་ཟད་སྐྱེད་ཅིག་ཅེས་སྒྲས་པས་དེ་རབ་དུ་ཁྱོས་ནས་མདུང་ཅེ་གསུམ་པ་བསྐྱེས་པ་ཆེའི་དུས་བྱས་ཏེ་དཔྱལ་  
 བའི་གིང་རྟ་འདྲེན་པ་པོ་དཔྱལ་བ་ལས་ཐར་ཏེ་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན་པ་བྱང་བར་གྱུར་ཏོ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ། ཡི་དྲུགས་དང་དུད་འགྲོའི་རྟེན་ལ་ཡང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱད་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་

ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་དུད་འགྲོའི་རྟེན་ལ་ཡང་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་ཡི་དྲགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་རྣམ་འདྲེན་བཞི་པའི་གསུང་གི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་གསུངས་པའི་མདོ་སྡེ་བ་མ་ཉོག་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། འཕགས་པ་འཇིག་རྟེན་དབང་ཕྱུག་གིས་ཡི་དྲགས་མང་པོ་བདེན་པ་ལ་བཀོད་པར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། མདོ་དེའི་དོན་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་གསར་དུ་བཀོད་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མདོ་དེའི་དོན་བདེན་པ་མཐོང་བ་ལ་གསར་དུ་བཀོད་པའི་དོན་དུ་མི་རུང་བར་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ཐབས་བྱང་རྒྱུ་དུ་སེམས་བརྟེན་པ་ལ་འཆད་དགོས་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ། དུད་འགྲོའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷའི་རྒྱལ་པོ་མ་དྲོས་པས་ཁྱས་པའི་མདོ་ལས། ལྷ་བདུན་ཁྱི་ནིས་སྟོང་གིས་བླ་ན་མེད་པ་ཡང་དག་པར་རྟོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་དུ་སེམས་བརྟེན་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དན་སོང་གསུམ་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་དང་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྤྱལ་བ་དན་སོང་གི་གནས་སུ་བྱོན་ནས་སེམས་ཅན་མང་པོ་བདེ་བ་ལ་བཀོད་དེ་ཆོས་བརྟན་པའི་སྟོབས་ཀྱིས་དད་པ་དང་ངེས་འབྱུང་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་སོགས་ཀྱི་སྟོན་ནས་དེའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་འབྱུང་པའི་ཕྱིར།

༡༩༩ བྱང་སྟོན་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་མིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཇིག་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཇིག་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བརྟེན་ཀྱི་གཞུང་ཆོན་སྐབས་ནས་



ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདུག་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒོན་སེམས་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། ལུས་རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 སེམས་རྟེན་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་རྩ་བའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་དང་། རོ་བོ་དང་། རབ་དབྱེ་དང་། ཕན་ཡོན་སོགས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་སེམས་བརྒྱུད་ཀྱི་མཐའ་དབུད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་བའི་བྲུབ་མཐའི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བྱང་སྒྲོམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་མིའི་དབང་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཆོག་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་གཞུང་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གི་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་གཞུང་ཆོག་གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་སྒྲོན་དང་  
 བྱང་ས་གཉིས་ལས་བྱང་སྒྲོམ་མཐའ་འདུག་སྒྲོམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་ལ་སོ་  
 ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པ་ཅིག་དགོས་པར་གསུངས་པ་དེ། བྱང་སྒྲོམ་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བའི་མིའི་དབང་དུ་བྱས་པར་བསྟན། འོ་ན། འདུག་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་  
 མིའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྒྲོམ་པ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པས་བྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན།

སྒྲོན་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། ཅིའི་  
 བྱིར། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། སྒྲོན་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་མིའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་  
 རྒྱུད་ལ་ལྷན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། འདུག་སེམས་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བའི་མིའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། བྱུང་བ་མ་བྱུང་།  
 དེ་བྱུང་བར་ཐལ། འདུག་སེམས་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སོ་ཐར་གྱི་སྡོམ་པ་  
 རྒྱུད་ལ་ལྷན་པས་བྱུང་བའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་ཐོ་བོ་རྗེ་དཔལ་  
 ལྷན་ཨ་ཏི་ཤའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་ལམ་སྒྲོན་ལས། སོ་སོར་ཐར་བ་རིགས་བདུན་གྱི། རྟག་ཏུ་སྡོམ་གཞན་ལྷན་པ་ལ། བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་སྡོམ་པ་ཡི། །སྐལ་བ་ཡོད་ཀྱི་གཞན་དུ་མིན། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། བྱུང་བ་མ་  
 བྱུང་། དེ་ནི་མིའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འདུག་སྡོམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་  
 བའི་མིའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། དེ་ལྟར་དགོས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། གཞན་ཡང་། འདུག་  
 སེམས་དང་སྒྲོན་སེམས་ཀྱི་བྱུང་བར་འཇོག་ཚུལ་དེ་ལ་རང་ཕྱོགས་ཀྱི་མཁས་པ་ནམས་མཐུན་པ་མ་ཡིན།  
 མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། མི་མཐུན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། མཐུན་པ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སོ་སོའི་སྐྱེ་བོ་དང་ས་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཇོག་ཚུལ་དང་། འདུག་སྡོམ་  
 ཐོབ་པ་དང་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཇོག་ཚུལ་སོགས་དུ་མ་ཡོད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲོ་བ་དཔོན་སངས་རྒྱས་ལེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་ས་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་  
 མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་བར་འཇོག་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཇོག་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་འཇོག་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 སྐྱེ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དེའི་བཞེད་པ་ནི་མང་དུ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱས་ལེ་ཤེས་  
 ཞབས་ཀྱིས་སྒྲོན་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་འཇིག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིན་ལ་འདུག་པ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ནི་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ནས་བརྩམས་ཏེ་འོ། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར། འོ་ན། སྒྲོན་

འདུག་གི་ཁྱད་པར་དེ། སྤྱི་ལོ་སེམས་བསྐྱེད་དང་འཕགས་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། དེ་ལྟ་བུ་དེ་རང་ལྷགས་ལ་སྒྲུ་ཇི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་རིགས་པར་ཐལ།  
ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། རང་ལྷགས་ལ་སྒྲོ་ན་འདུག་གི་དོན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདུག་སྒྲོ་མ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྒྱུད་པ་ཉམས་  
ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ས་ཐོབ་པའི་  
སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། འདུག་སེམས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། འདུག་  
སྒྲོ་མ་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་པའི་སྒྱུད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། སྒྱུད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་མ་ཟིན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་མེད་  
པའི་ཕྱིར།

༡༩༥ དེ་ཡོད་པར་རྒྱུ་སྤྲོད་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་  
དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་  
སྒྲོ་ན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞུང་འཆད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ལུས་རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
སེམས་རྟེན་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་  
དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་སྒྲིབ་པའི་རྟེན་བཤད་པ་  
ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བརྟེན་པ་སེམས་བསྐྱེད་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་དེ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།

གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅུ་པའི་  
 དེ་ཡོད་པར་རྒྱན་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དེ་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་  
 ཡོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་  
 ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཡོད་པར་རྒྱན་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་  
 པ་རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་རྟོན་པའི་ཆོག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་པའི་ཆོག་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། ཐ་མལ་པ་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། སོ་སྦྱེས་ཐ་མལ་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། མ་ཁྲབ་པའི་རྟོན་འཛོམས་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་བའི་རྟོན་ལ་རྟོན་སེམས་གསར་དུ་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན།  
 འོ་ན། དཔུལ་བའི་རྟོན་ལ་རྟོན་སེམས་གསར་དུ་སྦྱེས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ལ་དགའ་བདེ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྲབ་པར་  
 ཐལ། དེ་རྩེ་ཁྲབ་པ་སློབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་རྩེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇེད་པའི་སྡོད་འདུག་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་  
 རྟོན་ནས། །བདེ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་  
 རྟོན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་རྩན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་ལ་དགའ་བདེ་ཐོབ་པས་ཁྲབ་པར་

གཉིས་པ་མཐའ་དབུད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷ་པོའི་  
 དེ་ཡོད་པར་རྒྱན་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དེ་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་  
 ཡོད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པ་  
 ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་སྐྱེ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཡོད་པར་རྒྱན་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་  
 རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་  
 པ་རྟོན་པའི་ཆོག་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་རྟོན་པའི་ཆོག་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་ཆོག་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་མ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། ཐ་མལ་པ་ཡིན་དགོས་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་ན། སོ་སྦྱོས་ཐ་མལ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་རྟོན་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་རྟོན་སེམས་གསར་དུ་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན།  
 འོ་ན། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་རྟོན་སེམས་གསར་དུ་སྦྱོས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ལ་དགའ་བདེ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། བྱུང་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་ཞི་བ་ལྟའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་འདུག་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་  
 རྟོན་ཅན་ནས། །བདེ་ནས་བདེ་བར་འགྲོ་བ་ལ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་  
 རྟོན། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། སེམས་ལ་དགའ་བདེ་ཐོབ་པས་བྱུང་པར་

ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དུམ་ལ་བའི་རྟེན་ལ་སྒྲོན་སེམས་གསར་དུ་སྐྱེས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་  
 ཅན། རྟུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། རྟུག་བསྐྱེད་  
 གྱིས་མནར་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། དུམ་ལ་བ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་  
 པར་ཐལ། དུམ་ལ་བ་པ་ཡིན་ན། རྟུག་བསྐྱེད་གསུམ་གྱིས་མནར་བས་བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། དུམ་ལ་བ་པ་ཡིན་ན། རྟུག་བསྐྱེད་གྱིས་མནར་བའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། དུམ་ལ་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། དུམ་ལ་བ་པ་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ།  
 འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། འཁོར་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། འཁོར་བ་པ་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འཁོར་གསུམ། རྟུག་བསྐྱེད་ཐུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དབྱ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། འཁོར་  
 བ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཡིན་པར་ཐལ། འཁོར་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། འཁོར་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། འཁོར་བ་པ་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས།  
 འདྲོད་ན། ཆར། དུམ་ལ་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། དུམ་ལ་བ་པ་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། ཆར། འོ་ན། དུམ་ལ་བའི་རྟེན་ལ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་སེམས་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན།  
 དུམ་ལ་བ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། དུམ་ལ་བའི་རྟེན་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པར་ཐལ། དུམ་ལ་བ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། དུམ་ལ་བ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དུམ་ལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་  
 སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། དུམ་ལ་བ་པ་དང་བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། དུམ་ལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
 དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱི་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དུད་འགོ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་ཅིང་དུམ་ལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དུམ་ལ་བ་པ་དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་གཞི་

མཐུན་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། དཔུལ་བའི་རྟེན་ལ་བྱང་ཆུབ་མཆོག་ཏུ་  
 སེམས་བསྐྱེད་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར།  
 འོ་ན། དཔུལ་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་  
 ན། ཚར། འོ་ན། འཁོར་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། འཁོར་བ་པ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་  
 ཁྲུབ་པར་ཐལ། དཔུལ་བའི་རྟེན་ཅན་ཡིན་ན། དཔུལ་བ་པ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥༥ འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །ཞེས་ཀྱང་ཆེར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །ཞེས་  
 པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། །རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
 གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། །**སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ནས་མ་**  
**ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་ཆོག་སྤྲུལ་མ་ངོས་བཟུང་  
 ནས་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ནས་ཡིན་ཆུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། །མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་  
 ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་སྐྱད་ཅིག་གིས། །འཁོར་བའི་བཙོན་རར་བསྐྱེད་པའི་ཉམ་ཐག་  
 རྣམས། །བདེ་གཤེགས་རྣམས་ཀྱི་སྤྲུལ་ཞེས་བཞེད་བྱ་ཞིང་། །ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་སོགས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་ལྷ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །ཞེས་ཀྱང་ཆེར་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། །ཞེས་པའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་ཆོག་སྤྲུལ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ལྷ་བ་པན་ཡོན་བཤད་  
 པའི་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་  
 ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། །བཞི་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མེད་པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་རེ་རེ་  
 ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། །མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་རྟེན། རྒྱ། རྩ་  
 བོད་ རབ་དབྱེ་དང་བཞི་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་སྐྱེས་གྱུར་ན་  
 སྐྱད་ཅིག་གིས། །ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་འདིས་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པའི་སྐྱད་ཅིག་མ་  
 དེ་ནས་བཟུང་ལྟེ་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དེ་རྒྱལ་སྤྲུལ་ཞེས་པའི་མིང་ཐོབ་པ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། །རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་པ་དང་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དེ་རྒྱལ་

བརྗོད་བྱ་ཞིང་། །འཛིག་རྟེན་ལྟ་མིར་བཅས་པས་ཕྱག་བྱར་འགྱུར། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ལྷ་  
 པ་མ་བྱུང་། སྟོད་འཇུག་གི་ཡུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་པའི་རྒྱལ་ཆབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྟོད་འཇུག་དར་ཁྱིམ་རྒྱལ་སྐྱེས་  
 འཇུག་དོགས་ལས། སྟོན་པ་དང་འཇུག་པའི་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱེས་པར་གྱུར་ན་དེ་མ་ཐག་པའི་སྐད་  
 ཅིག་གིས་མིང་ཁྱད་པར་ཅན་བདེ་བར་གསལ་གསུངས་ཀྱི་སྐྱེས་ཞེས་བརྗོད་པར་བྱ་བའི་མིང་གི་དོན་  
 ཁྱད་པར་ཅན་འཛིག་རྟེན་ལྟ་མིར་བཅས་པས་ཐལ་མོ་སྟོར་བ་དང་། ཕྱག་བྱ་བར་འོས་པའི་གནས་སུ་  
 འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། གོང་  
 གི་སྟོད་འཇུག་གི་ཡུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། བྱང་  
 ཆུབ་ཀྱི་སེམས་སྦྱེས་པ་དང་རྟེན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཐེག་ཆེན་པར་གྱུར་པ་དུས་མཉམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཐོག་  
 མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། སྟོད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་  
 ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་དེ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཁྱིམ་  
 ཆེན་ལས་ཡུང་བྱངས་མ་ཐག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷ་པ་མ་བྱུང་། འབྲས་མིང་རྒྱ་ལ་བརྟགས་  
 རས་བཤད་པ་ཅམ་ལས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་  
 པ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་དང་། རྟེན་བཤད་སྟོང་རྒྱ་སོགས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༤༥ དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་འཆད་ཅིང་། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་  
 རས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྟོད་ལྟམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་  
 མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་འཆད་ཅིང་། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 འདི་སྟོད་ལྟམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བཟུང་  
 རས་གཞུང་ཆོག་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་དེ་ནི་



མདོ་བཞིན་དུ། །ཞེས་སོགས་ཆེག་རྒྱུ་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་  
 རེས་པའི་ཡན་ལག་ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆེག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་བཤད་  
 པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མེམས་བསྐྱེད་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་བསྟན་བཅས་  
 ཀྱི་ཆེག་ནམས་ེ་ེ་ནས་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ནས་བཅོམ་  
 ལྷན་འདས་ཀྱིས་ཆེ་དང་ལྷན་པ་ལྷ་ཟིའི་བྱ་ལ་བཀའ་བསྟུན་པ། ལྷ་ཟིའི་བྱ་འདི་ལ་བྱང་རྒྱུ་  
 མེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཐམས་ཅད་ནམ་པ་ཐམས་ཅད་མངོན་པར་རྫོགས་  
 པར་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཛོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལ་བཅོམ་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་  
 མེམས་བསྐྱེད་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆེག་དང་། མེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་  
 དག་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་འདོད། །དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །བསྟུས་དང་རྒྱས་པའི་  
 སྟོན་ས་བཞིན། །ཅེས་སོགས་མེམས་བསྐྱེད་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཆེག་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རེས་བབྱང་ནས་མདོ་བསྟན་བཅས་  
 ཀྱི་ཆེག་དེ་ནམས་ཀྱིས་སེམས་བསྐྱེད་བསྟན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་  
 དོན་དུ་རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་ཤིང་རང་གི་གོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྷན་  
 དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འཇུག་སྟོར་གྱུར་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཟིག་བྱང་པར་  
 ཅན་དེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་དང་། ཤེར་ཕྱིན་སྟོན་པའི་སྐབས་འདི་  
 ལ་གསུགས་ནས་ནམ་མཁུན་གྱི་བར་གྱི་སྟོང་གཞི་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་གཉིས་  
 ཅིག་ཅར་དུ་མངོན་སུམ་དུ་གསེགས་པའི་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པས་ཞེས་སེམས་བསྐྱེད་ལ་  
 འདོད་པའི་མིང་གིས་བཏགས་ཏེ་གཞན་དོན་ལ་གཅིག་དུ་གཞོལ་བའི་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་  
 དག་གིས་རྒྱ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མཛོལ་དུ་ཕྱིན་པ་ལམ་ཤེར་ཕྱིན་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ལ་གུས་སྦྱོར་གྱི་  
 བཅོམ་འགྲུས་དང་རྟག་སྦྱོར་གྱི་བཅོམ་འགྲུས་ཀྱིས་འབད་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོགས་མདོ་ཡིས་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མདོར་བསྟན་རྒྱུ་དང་། མེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཡང་  
 དག་རྫོགས་པའི་བྱང་རྒྱུ་འདོད། །ཅེས་པས་མཚོན་བྱ་སེམས་བསྐྱེད་དང་སེམས་བསྐྱེད་

གྱི་མཚན་ཉིད་གཉིས་བསྟན། དེ་ཡང་སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་ཞེས་པས་མཚོན་བྱ་སེམས་བསྐྱེད་  
 དང་། གཞན་དོན་སྤྱིར། ཡང་དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། ཅེས་པས་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་ཡིན་ལགས། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །བསྐྱུས་དང་རྒྱས་པའི་  
 སྒོ་ནས་བཞིན། །ཅེས་པས་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་  
 ཆེད་དུ་བྱ་བ་གཞན་དོན་གཉིས་བསྟན་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ས་གསེར་ཟླ་བ་མེ། །ཞེས་པ་ནས།  
 བསེ་རུ་དང་ནི་ཉི་ཤུའོ། །ཞེས་པའི་བར་གྱི་ས་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་དབྱེ་བ་ཉེར་གཉིས་བསྟན་  
 པ་བཅས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །བསྐྱུས་དང་རྒྱས་པའི་  
 སྒོ་ནས་བཞིན། །ཅེས་པའི་གཞུང་གི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་ནམ་བཤད་དང་གསེར་ཤེང་གཉིས་མཐུན་  
 པ་མ་ཡིན། མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། མཐུན་པ་དྭགས་མ་གྲུབ། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། མི་  
 མཐུན་ཚུལ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་དྭགས་མ་གྲུབ། ནམ་བཤད་ལྟར་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་  
 སེམས་བསྐྱེད་གྱི་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དེ་དང་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་གཞན་དོན་དེ་ནི་ཚོས་ཅན།  
 ཡུམ་རྒྱས་འབྱེད་བསྐྱུས་པ་གསུམ་ལས་བསྐྱུས་པ་དང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་བཞིན་པར་ཤེས་པར་  
 བྱ་སྟེ། མདོ་བར་མ་ལས་བསྟན་པ་བཞིན་དུ་དོན་ཆང་བར་བསྟན་པའི་སྤྱིར། གསེར་ཤེང་  
 ལྟར་ན། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །བསྐྱུས་དང་རྒྱས་པའི་སྒོ་ནས་བཞིན། །ཅེས་པའི་  
 གཞུང་རྐང་པ་གཉིས་གྱི་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་ནི། བྱང་ཆུབ་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་  
 བསྐྱེད་གྱི་ཐོབ་བྱའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དེ་དང་། གཞན་དོན་དེ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དེ་ནི་ཚོས་ཅན། བྱང་ཆུབ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་ཐོབ་བྱའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དང་། གཞན་དོན་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བའི་ཡུལ་ཡིན་པ་དེ་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་གྱིས་མདོ་ནས་གསུངས་པ་བཞིན་དུ་བསྐྱུས་  
 རྒྱས་གཉིས་གྱིས་དོན་ཆང་བར་བསྟན་པ་མ་གཏོགས། རྗེ་བཙུན་གྱིས་རང་སྟོབས་གྱིས་དེ་  
 ལྟར་བསྟན་པ་མིན་པར་འདོད་པ་དེ་གསེར་ཤེང་གིས་དགོངས་པ་འགྲེལ་ཚུལ་བཅས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཚན་ཉིད་ངས་པ་ལ་དམིགས་ཡུལ་

བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ངེས་པ་སྡོན་དུ་  
 འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་  
 ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྡོན་མེ་ལས། དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། ཞེས་སོགས་ཆོག་ཤང་གཉིས་གྱིས་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་  
 འཆད་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་  
 གཞན་དོན་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་དམིགས་  
 ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་དོན་གཉིས་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཅ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་  
 ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་  
 ལ་རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 བྱང་ཆུབ་མ་བྱུང་། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་བྱང་ཆུབ་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་  
 ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པས་བྱང་  
 པར་ཐལ། ལྟམས་འདིའི་བྱང་ཆུབ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་  
 ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་  
 པར་ཐལ། ལྟམས་འདིའི་བྱང་ཆུབ་དེ་རྣམ་མཁྱེན་ལ་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་སྡོན་  
 དུ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ངེས་པ་ལ་ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་

པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྟམ་མཁུན་ངེས་པ་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། རྟམ་མཁུན་ངེས་པ་ལ་སེམས་བསྐྱེད་སོགས་ཆོས་  
 བརྒྱ་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་རྟམ་མཁུན་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ནུ་ ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་བྱང་ཚུབ་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་མི་དགོས་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བྱང་ཚུབ་ཆོས་ཅན། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་ཁྱོད་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱི་  
 མཆན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ངེས་པ་ལ་ཁྱོད་ངེས་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། །

༡༥༥ འདི་ཉིད་ཡིད་རབ་དུ་དང་བའི་གནས་སུ་མཐོང་ངོ་། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་འདི་གང་ནས་  
 ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་འདི་སྟོན་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་དེ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་རིམ་དང་གསེར་སྤྱོད་ལས། སྟོན་སེམས་  
 ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་དང་འདུག་སེམས་འདུག་སྟོན་ཐོབ་པའི་ཆོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སའི་བར་ན་ཡོད་པར་གསུངས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་  
 གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གནོད་པ་ཡིན་ཚུལ་གྱི་སྟོ་  
 རྟམ་དཔྱེ་བ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་  
 པའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྟོན་བརྟུན་རིགས་  
 གྱི་སྟོན་ནས་དཔྱེ་བ། ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་བཅད་དེ་གནོད་པོ་གང་ནས་  
 འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་ངོ་བོའི་སྟོན་ནས་དཔྱེ་  
 བཟུང་། ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་  
 ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་མཆོམས་ཀྱི་སྟོན་ནས་དཔྱེ་བ། དགོས་

ཆེད་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ། དེ་གྲོགས་ཚེས་མཐུན་གྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་ནམས་ཚེས་ཅན། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་བོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བཞི་པ་དབྱེ་བའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་  
 པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉེན་དང་། རྒྱ་  
 དང་། རྩོ་བོ། བཞི་ཡིན་ནམས་ཚེས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཐའ་དབྱུང་  
 པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རང་ལུགས་ལ། སྒྲོ་ན་སེམས་ཚོགས་ལམ་ཁོ་ན་  
 དང་འདུག་སེམས་འདུག་སྒྲོ་མ་ཐོབ་པའི་ཚོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་བཞེད་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། བཞེད་པར་ཐལ། འདི་ཉིད་ཡིད་རབ་དུ་དང་བའི་གནས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། འདི་ཉིད་ཡིད་རབ་དུ་དང་བའི་གནས་ཡིན་ལྟུང་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐལ་  
 འགྱུར་པའི་ལུགས་ཡིན་པས་ཡིད་རབ་དུ་དང་བའི་གནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟ་བུའི་ཁས་ལེན་དེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་གྲུབ་མཐའི་བཤད་པ་ཡིན་ལྟུང་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དབྱུ་མའི་མཐའ་དབྱུང་ལས། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲོ་ན་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། སྒྲོ་ན་  
 སེམས་ཀྱི་ས་མཚམས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཚོགས་ལམ་ཁོ་ནར་འཛིན་པར་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་སྟོགས་  
 ནས་གསུངས་པ་དང་ཁོག་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས། འོ་ན། རང་ལུགས་ལ་ས་ཐོབ་  
 ནས་སྒྲོ་ན་སེམས་ཡོད་པ་དང་འདུག་སེམས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་ཡོད་པར་བཞེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་འདུག་སེམས་ཡོད་པར་བཞེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རང་ཉིད་ཀྱི་ས་གཞན་དོན་དུ་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་འདོད་ཀྱི་གཙོ་བོའི་སེམས་ཡོད་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ན་འདུག་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རང་ལྟ་བུ་ལྟར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་གཞན་དོན་དུ་རྩོགས་བྱང་ལ་  
 དམིགས་ཤིང་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་

སྒྲོལ་གྱི་རྩལ་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། འཇུག་  
 སེམས་ཡིན་ན་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་ལ་དམིགས་པ་དང་གཙོ་བོའི་སེམས་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཞན་དོན་དུ་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་པར་  
 འདོད་པའི་སྒྲོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རྣམ་མཁྱེན་  
 ཐོབ་འདོད་ཀྱི་སྒྲོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེས་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་ཟིན་  
 པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་འདོད་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཐོབ་པའི་  
 ཆེད་དུ་ལམ་ལ་སྒྲོབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་  
 མཁས་གྲུབ་སྒྲུབ་པའི་ཉི་མ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྣང་བ་ལས། རྫོགས་པའི་སངས་  
 རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་དེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་།  
 དེའི་ཆེད་དུ་ལམ་ལ་སྒྲོབ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་རྣམ་མཁྱེན་ཐོབ་འདོད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར།  
 འོ་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཞན་དོན་དུ་རྫོགས་བྱུང་ལ་དམིགས་པ་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་  
 མེད་པར་ཐལ། དེ་ཐོབ་འདོད་མེད་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་།

༡༥༥ འོ་ན་སྒྲོན་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་རི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། དེའི་བཞེད་པ་ནི་མང་དུ་ཡོད་དེ། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྲོན་ལྷུང་དོན་གསལ་  
 པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོན་འཇུག་གི་ཁྱད་པར་འདོག་ཚུལ་དེ་ལ་སངས་  
 རྒྱས་ལེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་འདོག་ཚུལ་དང་ཆོག་གསལ་ལས་འདོག་ཚུལ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་སངས་རྒྱས་ལེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་འདོག་ཚུལ་ངོས་འདོན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་ལེ་ཤེས་ཞབས་ཀྱིས་སྒྲོན་པ་བྱུང་ཚུབ་  
 ཀྱི་སེམས་ནི་འདོག་རྟེན་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཡིན་ལ་འཇུག་པ་བྱུང་ཚུབ་ཀྱི་སེམས་ནི་རབ་དུ་  
 དགའ་བ་ནས་བརྩམས་ཏེ་འོ་ཞེས། ས་མ་ཐོབ་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ལ་སྒྲོན་སེམས་དང་ས་ཐོབ་

པའི་སེམས་བརྒྱུད་ལ་འདུག་སེམས་སུ་བཤད་ཅེས་བཞེད་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞན་དོན་དུ་  
 རྫོགས་བྱང་ལ་དམིགས་ཤིང་རང་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་གྱུར་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒོར་གྱུར་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་རིག་ཁྱད་པར་ཅན་དེ།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཀྱི་མཆོན་ཉིད། མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ལ་དབྱེ་ན་  
 གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། གཉིས་པོ་ངོས་  
 འཛིན་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གཉིས་ཆོས་  
 ཅན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཀྱི་དབྱེ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ལ་དབྱེ་ན་སྟོན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། སྟོན་སེམས་དང་  
 འདུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛིན་ཚུལ་ལ། རྗེ་ཡབ་སྲས་གསུམ་དང་། ཡིག་ཆ་གསུམ་སོགས་  
 མཐུན་པ་མ་ཡིན་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐུན་པར་ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོན་སེམས་དང་འདུག་  
 སེམས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛིན་ཚུལ་རྗེ་ཡབ་སྲས་གསུམ་དང་། ཡིག་ཆ་གསུམ་མི་མཐུན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། སྟོན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛིན་ཀྱི་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན། འདུག་སེམས་ཆོགས་  
 ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྟོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་  
 ནས་འཛིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། སྟོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོན་སེམས་ཆོགས་ལམ་ཁོ་ན་ན་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་ཐོབ་ནས་སྟོན་སེམས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ས་ཐོབ་ནས་སྟོན་སེམས་ཡོད་པར་ཐལ། ས་རབ་དགའ་ཐོབ་ནས་  
 ཀྱང་སྟོན་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་བཅའ་བཞེད་  
 ནམས་གཤམ་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་ས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་

སྒྲོན་མེ་ལས། འདྲུག་སྒྲོན་ཐོབ་ནས་ཀྱང་སྒྲོན་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ས་རབ་དག་འཐོབ་ནས་ཀྱང་  
 སྒྲོན་སེམས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། རྣམ་བཤད་ལས། སྒྲོན་སེམས་ནི་ཚོགས་ལམ་ནས་བཟུང་  
 རྟེན་ཐོབ་ནས་ཀྱང་ཁས་རྒྱངས་པ་ལ་ཉེས་པ་མེད་པར་མངོན་ཏེ། ས་ཐོབ་ནས་སྒྲོང་པ་ཉིད་ཀྱི་དོན་མངོན་  
 ལུམ་དུ་རྟོགས་ཀྱང་། དེས་དངོས་སུ་མ་ཟེན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་སྐབས་དུ་མར་འབྱུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། སྒྲོན་སེམས་ཆོས་ཅན། ས་ཐོབ་  
 རས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སྒྲོན་སེམས་ཆོས་ཅན། ཚོགས་ལམ་ཁོ་ན་  
 རས་མི་འཛོག་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། འདྲུག་སེམས་ཚོགས་ལམ་ནས་  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་སའི་བར་དུ་འཛོག་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདྲུག་སེམས་ཆོས་ཅན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་མཁས་གྲུབ་ཐམས་  
 ཅད་མཆིན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མངོད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྤང་བ་ལས། བཞི་པ་ས་མཚམས་ནི། སྒྲོན་སེམས་ལམ་དུ་  
 མ་ཞུགས་པ་ལ་ཡོད་དེ། དང་པོར་རྟོགས་པའི་བྱང་ཚུབ་ལ་ཐོབ་འདོད་མ་སྐྱེས་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་  
 ལ་ཡང་སྒྲོབ་པར་མི་འགྱུར་བའི་ཕྱིར་རོ། ཡ་མཐའ་ནི། ས་བརྩུ་པའོ། རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་  
 ར་སེམས་བསྐྱེད་མེད་དེ། རང་ཉིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་དུ་སངས་རྒྱས་ཐོབ་པར་འདོད་པ་དང་། དེའི་ཆེད་  
 དུ་ལམ་ལ་སྒྲོབ་པ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 ར་ན། ཆར། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། རང་ལུགས་ཀྱི་  
 འཛོག་ཚུལ་དང་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཆིན་པའི་འཛོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 མི་འདྲ་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་ལུགས། སྒྲོན་སེམས་ནི་ཐེག་ཆེན་ཚོགས་  
 ལམ་ནས་ས་བདུན་པའི་བར་འཛོག་ འདྲུག་སེམས་ནི་ཐེག་ཆེན་ཚོགས་ལམ་ནས་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སའི་བར་འཛོག་པའི་ཕྱིར་རོ། །



༡༩༥ རྣམ་མཁྱེན་ཚུ་ལ་ཇི་ལྟར་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་  
 རྒྱུ་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་  
 རྣམ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ལོ་རྒྱུ་པའི་འདོད་པ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་  
 གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ལོ་རྒྱུ་པའི་འདོད་པ་  
 རྒྱུ་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལོ་རྒྱུ་པ་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་འདོད་པ་  
 རྒྱུ་ལྟུང་འབྲས་བུ་བསྟན་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་གསུངས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་རྒྱུ་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་ལུགས་ནི་ཡུལ་  
 གྱིས་ཡུལ་ཅན་མཚོན་པའི་ཚུ་ལ་གྱིས་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་ཡུལ་སེམས་བསྐྱེད་  
 སོགས་ཆོས་བརྒྱ་དངོས་སུ་བསྟན་པས་དེ་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་  
 རྣམ་མཁྱེན་དུ་གོ་བུས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་བསྐྱེད་ལྟོན་  
 བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཅ་པའི་ཆོག་དངོས་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་  
 དོན་ཕྱིར། །ཡང་དག་ཇོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་འདོད། །ཅེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལྟོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཅ་པའི་ཆོག་དངོས་འདི་ན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་པ་ནི་གཞན་དོན་ཕྱིར། །ཞེས་  
 སོགས་ཆོག་རྟེན་གཉིས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ངེས་པའི་ཡན་ལག་དམིགས་ཡུལ་བྱང་ཆུབ་དང་གཞན་  
 དོན་གཉིས་འཆད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་ཅ་པའི་ཆོག་དངོས་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་དང་དེ་ནི་མདོ་བཞིན་དུ། །ཞེས་སོགས་ཆོག་རྟེན་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དང་དམིགས་པ་དེ་དང་ལྟན་པའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དབྱེ་བ་འཆད་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་  
 ཅ་པའི་ཆོག་དངོས་འདི་ན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡང་ས་གསེར་རྩ་བ་མེ། །ཞེས་  
 སོགས་ཀྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དོ་བོ་འདོག་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་གཞན་དོན་དུ་ཇོགས་བྱང་ལ་

དམིགས་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་ཅན་དུ་བྱུང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འདུག་སྒོར་གྱུར་པའི་  
 རྣམ་རིག་དེ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ངོ་པོར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་དང་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་དང་སྐྱས་  
 བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ལ་  
 ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་དང་སྐྱས་བརྗོད་རིགས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ། ངོ་  
 པོའི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུ་བ།** སྒོ་ན་སེམས་  
 དང་འདུག་སེམས་གཉིས་ཆོས་ཅན། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དཔྱེ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན།  
 སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 ཡིན་ན། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་  
 སེམས་གཉིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་དཔྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཡིན་པའི་ཕྱིར།** ཡིན་ན། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡིན་ན། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྱུ་བ།** ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒོ་ན་སེམས་  
 མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་འདུག་སེམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་དང་པོ་མ་གྱུ་བ།** ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། སྒོ་ན་སེམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་བྱུང་ས་ན་ཁྱོད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **ཡོད་པའི་**  
**ཕྱིར།** ཡོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། སྒོ་ན་སེམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། སྒོ་ན་སེམས་དང་འདུག་སེམས་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དཔྱེ་བ་སྒོ་སྒོ་ན་

སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ལ་དོ་བོའི་སྒྲོན་སྒྲོན་དཔེ་ན་སྒྲོན་སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡིན་ན། སྒྲོན་  
 སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྲབ་པར་ཐལ།  
 སྒྲོན་སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གཉིས་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་ཀྱི་དཔེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་  
 བྱུང་། ཁྱོད་གཉིས་གཞི་དེའི་དཔེ་བ་ཡིན་ན། གཞི་དེ་ཡིན་ན། ཁྱོད་གཉིས་གང་རུང་  
 ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། སྒྲོན་སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཁྲད་པར་གསུང་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་གཞིར་བྲས་པ་ལ་སྦྱོད་  
 པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་པ་དང་མ་ཟིན་པ་གཉིས་སུ་དཔེ་བའི་སྒྲོན་སྒྲོན་ཁྲད་  
 པར་འབྱེད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྒྲོན་སེམས་དང་འདྲུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་ཁྲད་པར་དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བརྒྱུད་གཞིར་བྲས་པ་ལ་སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་མ་ཟིན་གྱི་སྒྲོན་སྒྲོན་ཁྲད་པར་འབྱེད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་གཞིར་བྲས་པ་ལ་སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་  
 གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་ན། འདྲུག་སེམས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་དང་། དེ་གཞིར་བྲས་པ་ལ་དེས་དངོས་  
 སུ་མ་ཟིན་པ་ཡིན་ན། སྒྲོན་སེམས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ།  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་གཞིར་བྲས་པ་ལ་སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་ན། འདྲུག་སེམས་  
 ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་  
 ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བརྒྱུད་དེ་སྦྱོད་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་  
 པ་གང་ཞིག་འདྲུག་སེམས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་  
 མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བརྒྱུད་ཆོས་ཅན། འདྲུག་སེམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲོན་  
 སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བརྒྱུད་ཆོས་ཅན། སྒྲོན་སེམས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་  
 བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་

དཔྱེད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། གཉིས་པ་དེར་ཐལ། སྟོན་སེམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ།  
འདུག་སེམས་ཀྱི་སྟོན་དུ་སྟོན་སེམས་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། བྱང་སེམས་ཀྱི་ཆོགས་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་  
རྒྱུད་ཀྱི་སེམས་བརྟེན་ཆོས་ཅན། འདུག་སེམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། སྟོན་སེམས་  
དང་འདུག་སེམས་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྟེན་གཞིར་བྱས་པ་ལ་སྟོན་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་  
བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་མ་ཟིན་གྱི་སྟོན་སེམས་འབྱེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེས་ན་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
བྱུང་པར་འབྱེད་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འདུག་སྟོན་གྱི་བསྐྱབ་བྱས་བསྐྱས་  
པའི་སྟོན་སེམས་ལས་ཕྱིན་དུ་གཤོག་པར་རུང་གི་ཉམས་ལེན་གྱི་བྱ་བས་དངོས་སུ་ཟིན་མ་ཟིན་  
གྱི་སྟོན་སེམས་འབྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

སྐྱས་པ། ཟེར་སྟོན་ཆོག་ཕྱིར་སྟུག་པོས་མ་བསྐྱབས་གིང་། །

ཕྱོགས་ཞེན་གྱི་བ་གཟུགས་འབྱོག་པོར་མ་སོང་བར། །

ཚད་ལྡན་མཁས་པའི་གསུང་གི་དྲུང་ཆེ་འདིས། །

གོགས་དག་སྟོང་དུ་བསེལ་བའི་སྟོན་བ་ཉེར། །

ཞེས་པ་ནི་བར་སྐབས་ཀྱི་ཆོགས་སུ་བཅད་པའོ། །

## ༡༡༥ བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་གདམས་ངག་ སྐོར་གྱི་ཐལ་ཕྱེང་།

༡༡༥ ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ཏེ་མཆོག་གི་རྒྱལ་སྐྱེ་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་  
དངོས་སུ་ཉན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
འདི་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་གདམས་  
ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདི་འཛིན་ཆོག་སྤྲུལ་མ་དོས་  
བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་གདམས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་ཆོག་གསལ་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་ནས། ཞེས་པ་གཞུང་འདི་འཛིན་ཆོག་སྤྲུལ་མ་དང་།  
གཞུང་སྤྱི་ཕྱི་དེ་དག་གདམས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ལ་བརྟེན་ཏེ། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བཟུན་པའི་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་  
ཏེ་འཛིན་གྱི་དོ་པོ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་འོག་མ་རྣམས་  
ཀྱིས་སངས་རྒྱལ་དོས་སུ་མཐོང་བ་དང་། དེ་ལས་ཆོས་ཐོས་པའི་སྤྱི་བ་བྱེད་རགས་པ་ཐལ་  
ཆེར་སྦྱངས་ནས། མཆོག་གི་རྒྱལ་སྐྱེ་ལ་གདམས་ངག་དངོས་སུ་ཉན་པའི་རྣམ་པ་ཁྱད་པར་  
ཅན་སྤྱེས་པའི་ཞི་ལྷག་རྒྱུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཆོས་  
རྒྱལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་གྱི་དོ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་རྒྱལ་གྱི་  
ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཞེས་པའི་སྤྱི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོས་གསུང་རབ་གྱི་ཆོག་དོན་  
གྱི་རྒྱལ་ནས་བར་ཆད་མེད་པར་འཛིན་རྣམས་པའི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཡིན་པས་དེ་སྐད་བརྗོད་པའི་  
ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་ཆོས་རྒྱལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་གྱི་དོ་པོ་ལ་དེ་ལྟར་འཛིན་གོས་པའི་  
ལུང་རིགས་ཀྱི་སྤྱི་བ་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ལུང་གི་སྤྱི་བ་བྱེད་ཡོད། དེ་མེད་པར་

ཐལ། གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མདོ་ལྷ་རྒྱན་ལས། དེ་ཆོ་ཆོས་ཀྱི་  
 རྒྱན་ལས་ནི། །སངས་རྒྱས་རྣམས་ལས་ཞི་གནས་དང་། །ཡེ་ཤེས་ཡངས་པ་ཐོབ་བུའི་  
 ཕྱིར། །གདམས་ངག་རྒྱ་ཆེན་ཆེད་པར་འགྱུར། །ཞེས་པའི་ཡུང་ལ་བརྟེན་ནས་ཆོས་རྒྱན་  
 གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་རོ་པོ་དེ་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་མི་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་  
 ངག་ཉན་པ་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་མི་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་དགོས་  
 པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནིང་གིས་མཛད་པའི་མཐའ་  
 དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ས་མཆོམས་ལ་ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་  
 ལ་ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་དགོས་ཏེ། རྒྱན་ལས། དེ་ཆོ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱན་ལས་ནི། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། དེ་ཉན་པ་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 དེར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་རྒྱུད་ཀྱི་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགྲེལ་  
 བར། དེ་ལྟར་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་དང་པོ་ལ་སོགས་པ་བསྐྱེད་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་  
 པ་ལ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་ཆེན་པོ་ཐོབ་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ། ཆོས་རྒྱན་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་  
 མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱུ་ལས་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་དངོས་སུ་ཉན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་དངོས་སུ་ཉན་པ་ལ་མཆོག་གི་སྦྱལ་སྦྱུ་ལས་ཉན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ལྷག་པོར་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་

གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་ལས་ཉན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་  
 པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ན། མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་ས་དངོས་སུ་  
 གདམས་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་  
 པའི་གདམས་ངག་ཡིན་ན། བཀའ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་  
 དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་  
 པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ན།  
 སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་པས་བྱུང་ཐེར་བ་མི་འཐད་དེ། བརྟན་  
 བཅོས་མངོན་ཏོགས་རྒྱན་དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་གང་ཞིག་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་  
 གདམས་ངག་ཡིན་ན། བཀའ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་ན། བཀའ་ཡིན་  
 པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་གདམས་  
 ངག་ཡིན་ན། མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་ས་དངོས་སུ་གདམས་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་  
 ན། སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཉན་པ་ལ་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་ལས་  
 ཉན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༡༥ གདམས་ངག་ནམ་པ་བརྩ་ཡིན་ཏེ། ཁོ་པོ་ངག་གི་འཁོར་ལོ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་  
 འདྲའི་གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་  
 གསལ་སྟོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་  
 དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དཔྱིད་པ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྩོམ་  
 པ་འགོད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་

རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། དཔྱེ་བ་ཞར་ལ་བརྟེན་ནས་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གདམས་ངག་རྣམ་པ་བརྒྱ་ཡིན་ཏེ། །དོ་བོ་ངག་གི་འཁོར་  
 ལོ་ཡིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་མ་ཡིན། །ཁ་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་  
 མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་ལན་མ་ཡིན། རྩོད་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ལན་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། །ཁ་ཅིག་དེའི་རྩོད་པ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། །ཁ་ཅིག་ གདམས་དོན་བརྒྱ་པོ་དེ་གདམས་ངག་དུ་བྱེད་པ་དེ་མ་ཡིན་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གདམས་དོན་བརྒྱ་པོ་དེ་གདམས་ངག་དུ་བྱེད་པ་དེ་ཁ་ཅིག་གི་  
 རྩོད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། རང་ལུགས་ལ་གདམས་དོན་བརྒྱ་པོ་དེ་གདམས་ངག་  
 དུ་བྱེད་པ་མི་འབད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འབད་པར་ཐལ། དེ་འབད་ན་སྟོན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འབད་པར་ཐལ། དེ་བརྒྱ་པོ་ངག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 གདམས་ངག་ཡིན་ན། ངག་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 སངས་རྒྱས་ཀྱི་བྱུགས་རྗེའི་དབང་གིས་སྟོན་གིང་རྒྱུང་གིས་བསྐྱེད་པ་ལ་བརྟེན་ནས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྟོམ་  
 བཞི་སྟོན་པའི་མདོ་ཆོས་ཅན། ངག་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། གདམས་ངག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲའི་མདོ་ཆོས་ཅན། གདམས་ངག་ཡིན་པར་ཐལ། ཐར་ལམ་  
 སྟོན་ཅི་མ་ལོག་པར་སྟོན་པའི་རྩོད་བྱེད་རྣམ་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ།  
 དེ་གདམས་ངག་གི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་འདྲའི་མདོ་ཆོས་ཅན། གདམས་  
 ངག་ཡིན་པར་ཐལ། གདམས་ངག་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་རིགས་ཅན་འཆང་རྒྱ་པའི་ལམ་ཆ་ཆང་སྟོན་པའི་མདོ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་ཁམས་  
 གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་རྗེ་ཙོང་ཁ་པ་སྟོབ་བཟང་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཤེང་ལས། དེའི་ཕྱིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 རིགས་ཅན་འཆང་རྒྱ་པའི་ལམ་ཆ་ཆང་སྟོན་པའི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཐམས་ཅད་གདམས་ངག་བྱུང་



པར་ཅན་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་མདོ་ཆོས་  
 ཅན། གདམས་ངག་བྱང་པར་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་།  
 དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་དུ་གཉེར་  
 བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་མདོ་སྒྲགས་རབ་འབྱམས་སྒྲིབ་པ་ཆ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་ཆེད་  
 དུ་གཉེར་བྱ་ཐོབ་པའི་ཐབས་སྟོན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་ངག་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་གི་མཆན་ཉིད།  
 ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བྱགས་  
 རྗེའི་དབང་གིས་ལྟོན་གིང་རྒྱུད་གིས་བསྐྱལ་བ་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བའི་ཆོས་ཀྱི་སྡོམ་བཞི་སྟོན་པའི་མདོ་  
 ཆོས་ཅན། ངག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་འདྲའི་མདོ་ཆོས་ཅན། རང་རྩ་སྐྱེས་པའི་  
 བཅོད་པ་ལྟེ་རྟེན་ལས་བྱུང་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། ངག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་  
 མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་  
 པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། སངས་རྒྱུས་ཀྱི་བྱགས་  
 རྗེའི་དབང་གིས་ལྟོན་གིང་རྒྱུད་གིས་བསྐྱལ་བ་ལ་བཞེན་ནས་བྱུང་བའི་སྐྱ་མི་རྟག་ཅེས་པའི་སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་  
 མི་རྟག་པ་ལ་ལྟོས་ཏེ་རིམ་པ་བཞིན་ཆོས་ཅན་བཅོད་པའི་སྐྱ་དང་། ཆོས་བཅོད་ཀྱི་སྐྱ་ཡིན་པ་གང་ཞིག  
 དེ་ངག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་རང་རྩ་སྐྱེས་པའི་བཅོད་པ་ལྟེ་རྟེན་ལས་མ་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ངག་ཡིན་ན། རང་རྩ་སྐྱེས་པའི་བཅོད་པ་ལྟེ་རྟེན་ལས་  
 བྱུང་བས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༡༥ ཆལ་དུག་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་གཞན་ནམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་བྱང་པར་  
 འཕགས་པ་གོ་རྒྱས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་

ཉགས་མ་གྲུབ། གྱུ་དོན་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་གང་མས་  
 ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདྲིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་  
 བཟུང་ནས་གང་མས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དངོས་སུ་དགེ་སློང་ལྷ་རྩེའི་བུ་དང་མོ་འུ་འགལ་གྱི་བུ་ལྷ་བུ་དབང་པོ་རྟོན་པོས་ཤེས་རབ་སྒྲོམ་  
 པ་ལས་བྱང་ཆེན་ཉིན་གཅིག་ཤེས་ཕྱིན་ལ་སྦྱོད་པའི་ཤེས་རབ་ཁྱད་དུ་འཕགས་པར་བཞུག་  
 པས། ཞེས་པ་གཞུང་འདྲིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། དེ་དག་གང་མས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་  
 འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་པའི་ཆོས་དྲུག་ཆོས་དྲུག་དང་ཆོས་  
 མཐུན་ཞེས་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་པའི་ཆོས་དྲུག་པོ་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་ཆོས་དྲུག་དང་ཆོས་མཐུན་རྒྱུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་རྟོད་ཅེ་མོ་བཟོད་པ་ཆོས་  
 མཆོག་མཐོང་ལམ་སྒྲོམ་ལམ་སྟེ་ཐེག་དམན་གྱི་རྟོགས་པའི་ཆོས་དྲུག་དང་། དེ་དག་ཆོས་  
 དྲུག་དང་ཆོས་མཐུན་རྒྱུ་པེ་ཡང་། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་རྟོད་ནི་འདམ་བུའི་ཆོས་དང་  
 ཆོས་མཐུན་ཏེ། འདམ་བུ་མཆོན་ལ་སོགས་པས་གནོད་པ་རྒྱུང་དུས་མི་བཟོད་པ་ལྟར། རྟོད་  
 ཀྱི་གནས་སྐབས་སུ་ལས་ཉིན་གྱིས་དགེ་རྩ་འཛོམས་སྒྲ་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་  
 ཅེ་མོ་ནི་འོད་མའི་ཆོས་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། འོད་མ་དེ་མཆོན་སོགས་ཀྱིས་གཅོད་དཀའ་  
 པ་ལྟར། ཅེ་མོ་ཐོབ་ནས་དགེ་རྩ་འཛོམས་དཀའ་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་  
 པ་ནི་བུ་རམ་གྱི་ཆོས་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། བུ་རམ་རོ་ཤིན་དུ་མངར་བ་དང་ལྡན་པ་ལྟར།  
 བཟོད་པ་ཐོབ་ནས་བདེ་འགྲོ་འབའ་ཞིག་དུ་སྒྲེ་བའི་རོ་མངར་བ་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ནི་སྒྲིག་མ་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། སྒྲིག་མ་དེས་རང་གི་ཤུན་  
 པ་སྦྱར་དུ་འཕྲིགས་ཤིང་བསྐྱེད་ལ་རྟོགས་པ་ལྟར། ཆོས་མཆོག་གིས་མཐོང་ལམ་ནམ་པར་  
 མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་སྦྱར་དུ་བསྐྱེད་ཅིང་བདེན་པའི་གནས་ལུགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 ཕྱིར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་ནི་འབྲས་ཀྱི་ཞིང་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། འབྲས་འཛིག་རྟེན་

ན་ཆགས་པའི་འབྲུ་རྣམས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པ་ལྟར། མཐོང་ལམ་ཡང་འཕགས་ལམ་གྱི་ཐོག་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྲོམ་ལམ་ནི་ཉིལ་གྱི་ཞིང་དང་ཆོས་མཐུན་ཏེ། ཉིལ་གྱི་  
 སྒྲོང་བུ་གཅིག་ཉིད་ལ་མེ་ཏོག་དང་འབྲས་བུ་སྣ་ཆོགས་པ་མི་འདྲ་བ་ལྟར་འབྲུང་བ་ལྟར། སྒྲོམ་  
 ལམ་ཡང་རྒྱུད་གཅིག་ལ་སྒྲོམ་སྤངས་མེལ་བ་དང་གཉིན་པོ་བསྐྱེད་པའི་ཡིན་ཏན་མི་འདྲ་བ་  
 སྣ་ཆོགས་འབྲུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་རྣམས་ཐེག་དམན་གྱི་ཉོགས་པའི་ཆོས་དྲུག་གི་ངོས་  
 འཛིན་དང་དེ་ཆལ་དྲུག་དང་ཆོས་མཐུན་སྦྱོར་ཚུལ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆལ་  
 དྲུག་ལྟ་བུའི་ཉོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་  
 སེམས་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ས་བརྩུ་བ་པ་སྦྱེ་བ་གཅིག་ཐོགས་  
 ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཆལ་དྲུག་ལྟ་བུའི་ཉོགས་པ་ལ་གནས་  
 པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་དེས་གཞན་དོན་བྱེད་  
 ཚུལ་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པ་རྗེས་མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཐོབ་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་ཐོབ་པ་དེ་ཡང་བཅའ་བཞུགས་པ་དཔལ་ནམ་དུང་མཆོག་གི་སྤྱི་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་  
 པའི་སྦྱོ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། འོ་ན་ཚུལ་དྲུག་ལྟ་བུའི་ཉོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་  
 ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་སེམས་དེ་གང་ཞེ་ན། ས་བརྩུ་བ་པ་སྦྱེ་བ་  
 གཅིག་ཐོགས་པ་ལ་ནི་མི་བྱེད་དེ། དེས་རྗེས་ཐོབ་དྲུག་གཞན་དོན་བྱེད་ཚུལ་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པ་རྗེས་  
 མཐུན་པ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དོགས་པའི་གནས་མེད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། ས་བརྩུ་བ་པ་སྦྱེ་བ་གཅིག་ཐོགས་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ཁྱིད་ཀྱིས་གཞན་དོན་  
 བྱེད་ཚུལ་སངས་རྒྱས་དང་མཉམ་པ་རྗེས་མཐུན་པ་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན།  
 ས་བརྩུ་བ་པ་སྦྱེ་བ་གཅིག་ཐོགས་ཀྱི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་ཆོས་ཅན། ཆལ་དྲུག་ལྟ་བུའི་ཉོགས་པ་ལ་  
 གནས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔའ་དེ་མ་

ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། ཚལ་དུག་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་  
ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་བརྒྱད་པ་བ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བྱང་ཆེམས་ཆོས་ཅན།  
འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཚལ་དུག་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ལྷག་པར་  
གསུངས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་  
དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་  
པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས། ས་བརྒྱད་པ་བ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བྱང་ཆེམས་ཀྱང་མ་  
ཡིན་ཏེ། དེར་འབད་ཚོལ་གྱི་མཚན་མ་རགས་པ་ཞི་ཞིང་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་ཐོབ་  
པ་དང་དགོངས་པ་ཅན་གྱི་མྱུང་འདས་བཀག་པས་དོགས་པའི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་  
ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ས་བརྒྱད་པ་བ་ཕྱིར་མི་ལྟོག་པའི་བྱང་ཆེམས་ཆོས་ཅན། ཚལ་  
དུག་ལྟ་བུའི་རྟོགས་པ་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ལས་ཤེས་རབ་ལྷག་པར་གསུངས་པའི་བྱང་  
སེམས་དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར།



ཚད་མའི་རྟེན་དོན་དེ། དོན་དམ་བདེན་པའི་འཛོག་བྱེད་དང་། བ་སྟེད་དཔྱིད་བྱེད་ཀྱི་  
 ཚད་མའི་རྟེན་དོན་དེ། ཀྱུན་རྫོབ་བདེན་པའི་འཛོག་བྱེད་དུ་འདོད་པ་གཉིས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱིས་འདོད་པའི་མཚན་ཉིད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་ཚུལ་  
 གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་དེས་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དོན་  
 དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། ཇི་སྟེད་པ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་  
 བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ། ཀྱུན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་མཐར་ཐུག་དཔྱིད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་རྟེན་  
 དོན་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ།  
 གཞི་གྲུབ་ན་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཁྲུབ་པར་  
 ཐལ། གཞི་གྲུབ་ན། ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་གྱི་རྟེན་དོན་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲུབ་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྟགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་པཎ་ཆེན་པོས་ད་  
 རྣམས་གྲགས་པ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། གཞི་གྲུབ་ན། མཚན་  
 ཉིད་སྤྲ་མ་དེ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག ཕྱི་མ་དེ་ཡང་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེ་  
 ཡིན་ན། ཇི་ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་རྣམ་མཁྲེན་གྱི་རྟེན་དོན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། གཞི་གྲུབ་ན་མཐར་ཐུག་དཔྱིད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དོན་ཡིན་པས་  
 ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། གཞི་གྲུབ་ན་མཐར་ཐུག་དཔྱིད་པའི་རིགས་ཤེས་  
 ཀྱི་དཔྱད་བཅོལ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
 མ་ཁྲུབ་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྟགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་པཎ་ཆེན་པོས་ད་རྣམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྟེན་མཆོག་  
 གི་སྒྲུབ་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། སྤྲ་བས་པ་ཁ་ཅིག མཐར་ཐུག་དཔྱིད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་

དོན་ཡིན་ན་དེའི་དབྱུང་བཟོད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་མི་འཐད་དེ། དེའི་དབྱུང་བཟོད་ཆད་མས་ཁྲེགས་པའི་  
 གྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་ན་ཆར། གཞན་ཡང་། མཐར་  
 ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དོན་ཡིན་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་དབྱུང་བཟོད་  
 ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟེན་དོན་ཡིན་ན། དེ་  
 དབྱུང་བཟོད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་  
 ཤར་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། རིགས་པས་དབྱུང་བཟོད་མི་བཟོད་  
 ཀྱི་དོན་ནི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་ལ་དཔྱད་པའི་རིགས་པ་དེས་རྟེན་མ་རྟེན་ཡིན་ལ། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར།  
 གསུངས་པའི་གྱིར།

༡༥ ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པ་མ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཤེས་  
 བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ལ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་  
 པར་ཐལ། མདོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་གྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་  
 མདོ་ཆོས་ཅན། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་ཆོས་ཅན། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་  
 སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཡབ་སྲས་མཇལ་བའི་མདོ་ཆོས་ཅན། ཤེས་བྱ་ལ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་མདོ་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འདི་ལྟར། དེ་བཞིན་གཤེགས་པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་  
 དམ་པའི་བདེན་པ་གཉིས་ཐུགས་སུ་རྒྱུད་དེ་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཡང་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་  
 བདེན་པ་དེ་གཉིས་སུ་ཟད་དོ་ཞེས་པའི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟ་བུའི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། ཤེས་  
 བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཤེས་  
 བྱ་ཆོས་ཅན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** ཤེས་བྱ་ལ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་པར་ཐལ། བདེན་པ་གཉིས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། རྟོན་དམ་བདེན་པ་དང་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་ཆོས་  
 ཅན། བདེན་པ་གཉིས་གསུངས་པའི་བདེན་པ་གཉིས་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། རྟོན་དམ་བདེན་པ་དང་། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་སོ་སོ་ནས་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྟོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་དེ་ལ་ཁ་  
 ཅིག་གིས་བཞག་པ་དང་རང་ལུགས་ཀྱིས་བཞག་པ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 རྟོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་དེ་ལ་ཁ་ཅིག་གིས་བཞག་པ་དང་རང་ལུགས་ཀྱིས་བཞག་པ་གཉིས་མེད་  
 པར་ཐལ། དང་པོ་ཁ་ཅིག་གིས་བཞག་པའི་མཆན་ཉིད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཆད་མའི་རྟོན་ཆོས་ཅན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་  
 རིགས་ཤེས་ཆད་མའི་རྟོན་ཆོས་ཅན། རྟོན་དམ་བདེན་པའི་འཛིན་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་དོན་དེ། རྟོན་དམ་བདེན་  
 པའི་འཛིན་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་  
 དེ། རྟོན་དམ་བདེན་པའི་འཛིན་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་  
 དེ། རྟོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་ཟླ་བ་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མ་འདུག་པ་ལས། ཡང་དག་མཐོང་ཡུལ་གང་དེ་དེ་  
 ཉིད་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། མཐར་ཐུག་དཔྱད་  
 པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་དོན་ཆོས་ཅན། རྟོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། ཆར། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་དོན་ཆོས་ཅན། རྟོན་དམ་བདེན་པ་དང་  
 ཁྱོད་གཉིས་ལ་མཆན་མཆོན་གྱི་ཁྱབ་བསྐྱོ་བརྒྱད་ངེས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། མཐར་  
 ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་རྟོན་དོན་ཡིན་ན། རྟོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདོད་**



ལགས། འདྲི་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་ཆེད་དོན་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འཁོར་གསུམ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་  
 ཚད་མའི་ཆེད་དོན་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མཐར་  
 ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་ཆེད་དོན་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐུབ།  
 དེ་ལྟར་མ་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་ལྟེན་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐུབ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་  
 རྒྱུ་མེ་ལས། ཁ་ཅིག་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་ཆེད་དོན་དེ། དོན་དམ་བདེན་  
 པའི་འཛིག་བྱེད་དང་། ཐ་སྙད་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་ཚད་མའི་ཆེད་དོན་དེ། ཀུན་རྫོབ་བདེན་པའི་འཛིག་བྱེད་  
 ཡིན་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། གཞི་གྲུབ་ན་མཆོག་ཉིད་སྤྲུལ་པའི་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་ཕྱི་མ་དེ་ཡང་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན།  
 མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་ཆེད་དོན་ཡིན་ན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་  
 པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འདྲི་དེ་ན་ཚར། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་ཆེད་དོན་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་དང་དོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས་ལ་ཡིན་ཁྲབ་མཉམ་མ་ངེས་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འདྲི་  
 ན། ཚར། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཀྱི་ཆེད་དོན་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འདྲི་དེ་ན། ཚར། གཞན་ཡང་། ཐུམ་པ་ཆོས་ཅན། བཅོམ་  
 གཞིག་གང་རུང་གིས་རང་ཡིན་གྱི་ཐོ་འདོར་དུ་རུང་བའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། ཐུམ་  
 པ་ཆོས་ཅན། བཅོམ་པ་ཡོད་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། ཐུམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གང་ཡང་རུང་བ་ཐོ་  
 བས་བཅོམ་ན་ཐུམ་པ་ཐོ་བས་བཅོམ་པས་ཁྲབ་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། -འདྲི་དེ་ན། ཐུམ་པ་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་གང་ཡང་རུང་བ་ཆག་ན་ཐུམ་པ་ཆག་པས་ཁྲབ་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འདྲི་དེ་ན། ཐུམ་  
 པ་གང་ཡང་རུང་བའི་མཆོད་མེད་ན། ཐུམ་པའི་མཆོད་མེད་དགོས་པར་ཐུབ། འདྲི་ལགས། འདྲི་  
 ན། ཐུམ་པའི་མཆོད་མེད་པར་ཐུབ། ཅིའི་ཕྱིར། ཐུམ་པའི་མཆོད་མེད་པར་ཐུབ། ཐུམ་པ་གང་ཡང་  
 རུང་བའི་མཆོད་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཐུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་མཆོད་མེད་པར་ཐུབ། རྣམ་

ཀྱུ་ལ་བུམ་པའི་མཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། མཆུ་ཀྱུ་ལ་བུམ་པ་བུམ་པ་  
གང་ཡང་རུང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། བྱིད་བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་  
པ་ཡིན། བྱིད་ཀྱི་མཆུ་མེད་ན་བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་མཆུ་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
དེ་དགོས་པར་ཐལ། བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བའི་མཆུ་ཡོད་མེད་དེ། གཞི་དེ་བུམ་པ་གང་ཡང་རུང་བ་  
གང་ཞིག་དེའི་མཆུ་ཡོད་མེད་ལ་བརྟུན་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་ན་གཞི་དེ་བུམ་  
པ་གང་ཡང་རུང་གང་ཞིག་དེའི་མཆུ་མེད་ན། བུམ་པའི་མཆུ་མེད་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། མཆུ་ཀྱུ་ལ་བུམ་པའི་མཆུ་མེད་ན་བུམ་པའི་མཆུ་མེད་དགོས་པར་ཐལ་ལོ། །

༡༥ ཤེས་བྱ་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་དེ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་  
ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དབྱེ་བའི་སྒྲོན་ནས་གངས་ངེས་སྒྲུབ་པ། མོ་མོའི་ངོ་བོ་བཤད་པ། གཅིག་  
དང་ཐ་དད་དབྱུང་པ་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་བྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་དེ་ཤེས་བྱ་དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་དབྱེ་བ་ཡིན་  
ལ་ཏེ་སྒྲིན་ཞི་ལྷག་བཅས་ཡིན་པས་རྒྱབ་རྟེན་གྱི་ལུང་འདྲེན་བྱེད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། རྒྱབ་རྟེན་ལུང་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་བདེན་པ་འདིར་བླང་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཡབ་སྐུས་མཇུག་  
པའི་མདོ་ལུང་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཤེས་བྱ་

དབྱེ་གཞིར་བྱས་ནས་བདེན་པ་གཉིས་སུ་དབྱེ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། བདེན་པ་གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པ་དང་  
 འོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་  
 ཆོད་མས་རང་ཉིད་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ། འོན་དམ་བདེན་པའི་  
 མཆན་ཉིད་དང་། རང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆོད་མས་གཉིས་སྣང་དང་  
 བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ། ཀྱན་རྫོབ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ལགས། འོ་  
 ན། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཆོད་མས་རང་ཉིད་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཆོས་ཅན། འོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། མཆན་ཉིད་དེ་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དོན་དམ་  
 བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་གྲུབ། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། འོན་དམ་བདེན་པའི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་ན་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། འོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྔགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་ཤེས་པ་མཛད་ནམས་གྲགས་  
 པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། རང་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆོད་མས་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དེ། རང་  
 ཉིད་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་ཉིད་ཟེར་པ་མི་འཐད་དེ། མཆན་ཉིད་དེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆན་  
 ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་  
 མངོན་སུམ་གྱི་ཆོད་མས་རང་ཉིད་གཉིས་སྣང་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དོན་དམ་བདེན་པའི་  
 མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉམས་

ཁས། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཅ་པའི་དམ་བཅའ་ནས་ཚར། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དོན་དམ་  
བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
རྒྱལ་བ་དགེ་འདུན་རྒྱ་མཚོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་གྲུ་རྒྱུངས་ལས། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་གྱི་ཚད་མས་རང་  
ཉིད་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་དང་པོའི་མཚན་ཉིད། ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གཞན་ཡང་། སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མའི་རྟོན་དོན་གང་ཞིག དེ་  
རང་ཉིད་ལ་ལྟོས་ཏེ་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སོང་བ། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་  
ཉིད་དུ་མི་འཛོག་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མི་འཛོག་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་  
ཤེས་ཚད་མའི་རྟོན་དོན་གང་ཞིག དེ་རང་ཉིད་ལ་ལྟོས་ཏེ་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་  
སོང་བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་  
ཤེས་ཚད་མར་སོང་བ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་  
པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སོང་བ་ཚད་མས་རྟོགས་པ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་དེ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་  
བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་དེ་སྐྱབ་པ་གང་ཞིག མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྔགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་ཤ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་  
ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། བུམ་པའི་ཆོས་ཉིད་  
མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་དེ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་བའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པ་དེ་སྐྱབ་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པ་དེ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
༡༥ ལུགས་ཕྱི་མ་ཞིབ་དུ་དཔྱད་པའི་ལེགས་བཤད་ཡིན་ཀྱང་། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་



རང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་  
 ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། རྟམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། ཁྱིད་དངོས་སུ་རྟོགས་  
 པའི་མངོན་སུམ་ཚད་མས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱེད་པའ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། རྟམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། ཁྱིད་ཁྱིད་ཀྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱེད་པའ། འདོད་  
 ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འབད་པར་བྱེད་པའ། རྟམ་མཁྱེན་རྟམ་མཁྱེན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའ། དེས་དེ་གཉིས་སྒྲུང་དང་  
 བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པ་ལ་དེ་ལ་དེའི་རྟམ་པ་ཤར་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་ལ་དེའི་  
 རྟམ་པ་མ་ཤར་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྟགས་གྲུབ་པར་བྱེད་པའ། རྟགས་དང་པོ་གྲུབ་པ་གང་ཞིག  
 རྟགས་ཕྱི་མ་ཡང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ལྔ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་  
 བྱེད་པའ། གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པ་ལ་དེ་ལ་དེའི་རྟམ་པ་ཤར་དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་  
 ལ་དེའི་རྟམ་པ་མ་ཤར་པ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བྱེད་པའ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་  
 དེ་ཡང་མདོ་རྟགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྟམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་  
 དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བྱེད་པའ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་  
 པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། རྟགས་ལྔ་མ་དེར་བྱེད་པའ། རྟམ་མཁྱེན་ལ་རྟམ་  
 མཁྱེན་མི་སྒྲུང་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལ་དེའི་རྟམ་པ་མ་ཤར་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་པ་ལ་རྟམ་པ་ཤར་དགོས་པར་བྱེད་པའ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། རྟམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། ཁྱིད་ཁྱིད་ཀྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་མ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་རྟོགས་པར་བྱེད་པའ། དེ་ཀྱན་  
 རྩོལ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ལྟར་རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཀྱང་རིགས་  
 སུ་གནས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། མཆོན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དུ་རིགས་གནས་དགོས་པར་བྱེད་པའ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། རྟམ་མཁྱེན་རྟམ་མཁྱེན་གྱིས་གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་  
 པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་ཀྱང་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་ཞེས་རིགས་གནས་ཀྱི་བསྟུ་བྱར་འཛོག་པར་བྱེད་པའ། འདོད་

ལགས། འདྲོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་པའི་སྣོན་ས་མ་རྟོགས་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་ལ་རྣམ་པ་མ་ཤར་པའི་ཕྱིར་ཞེས་འགོད་པར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་བཤམ།  
 དེ་ལ་དེའི་རྣམ་པ་ཤར་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཤར་བར་བཤམ། དེས་དེ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར།  
 བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་དེ་ཡང་མཛད་སྤྱུགས་རབ་འབྱམས་སྤྱོད་པ་ཤར་ཆེན་  
 བཅོད་རྣམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྣོན་མེ་ལས། འདུག་  
 པའི་ཁྲི་ཀ་ཆེན་དུ་རྣམ་པ་མ་ཤར་བར་ཡུལ་རྟོགས་པ་འདི་བའི་ལུགས་ལ་མེད་པ་རིགས་པ་དུག་ཏུ་པའི་འགྲེལ་  
 པར་གསལ་ཞེས་གསུངས་པས། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་རྣམ་མཁྱེན་རྣམ་པ་ཤར་པའི་སྣོན་ས་དངོས་སུ་རྟོགས་  
 པར་འདྲོད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་ལ་རྣམ་མཁྱེན་  
 གྱི་རྣམ་པ་ཤར་བར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། རིགས་སུ་གནས་པའི་བསྐྱུ་བྱར་འཛོག་  
 མི་དགོས་པར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱར་དུ་རིགས་  
 གནས་ཞེས་སྣོན་མི་དགོས་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་མི་དགོས་པ་དེ་ཡང་ཤར་ཆེན་བཅོད་རྣམས་གྲགས་པ་དཔལ་  
 རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྣོན་མེ་ལས། ལུགས་ཕྱི་མ་ཞིབ་དུ་དབྱེད་  
 པའི་ལུགས་བཤད་ཡིན་ཀྱང་སྤྱོད་འདུག་ཁྲི་ཀར་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་མེད་ཅེས་གསུངས་པ་རིགས་སུ་གནས་  
 པ་མེད་ནའང་། ཞེས་དང་། ཡང་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྣོན་མེ་ལས། འོན་ཀྱང་གཉིས་  
 སྤང་བཅས་རྒྱབ་གཅིག་དང་ཐ་དད་ཀྱི་སྤང་བ་ལ་མཛད་པ་རུང་ཟད་འགྲིག་དཀའ་བས་འདུག་པའི་རྣམ་  
 བཤད་ཀྱི་ལུགས་བཞིན་དུ་བྱེད་དགོས་སམ་ཞིབ་དུ་དབྱེད་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རིགས་གནས་མེད་པར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། རྣམ་མཁྱེན་  
 ལ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཤར་བས་རིགས་སུ་གནས་པའི་བསྐྱུ་བྱར་འཛོག་དགོས་ཞེས་ཁས་ལེན་རྒྱ་མ་  
 ཡིན་པར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། དེ་ཡང་མི་འཐད་པར་བཤམ། གོང་དུ་མཐའ་  
 དཔྱོད་ཀྱི་ལུང་དངས་ནས་སྤྱོད་པ་དེའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཤལ་ཆེར་གཞན་གྱི་བཞེད་

པ་ཅེས་བཀོད་པ་ལས་རང་ལུགས་མིན་ནོ། །

༥༥ འོ་ན་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་དོ་བོ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེའི་བདེན་གཉིས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་གོང་གི་གཞུང་ཆོག་ཇི་སྐད་བཤད་པའི་དོ་བོ་གང་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་དོ་བོ་འཛིན་ཚུལ་དེ་ལ་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་པ་བཞི་པོ་མཐུན་པ་མ་ཡིན་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐུན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་ཕྱེ་སྒྲའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མཛེད་ལས། གང་ལ་བཅོམ་དང་སྒྲོ་ཡིས་གཞན། །བསལ་ན་དེ་སྒྲོ་མི་འདུག་ལ། །བུམ་ཚུ་བཞིན་དུ་ཀྱན་རྒྱུ་འདྲ། །ཡོད་དེ་དོན་དམ་ཡོད་གཞན་ནོ། ། ཞེས་པའི་ལུང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་ནས་ཕྱེ་བྲག་སྒྲུབས། བཅོམ་ཞིག་གང་རུང་གིས་རང་འཛིན་གྱི་སྒྲོ་འདྲར་མི་འདྲར་གྱི་སྒྲོ་ནས་འཛིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རིགས་པའི་རྗེས་འབྲང་གི་མདོ་སྒྲེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྣམ་འགྲེལ་ལས། དོན་དམ་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་གང་། །དེ་འདྲིར་དོན་དམ་ཡོད་པ་ཡིན། །གཞན་ནི་ཀྱན་རྒྱུ་འདྲ་པ་སྟེ། །དེ་དག་རང་སྒྲིའི་མཆན་ཉིད་བཤད། །ཅེས་པའི་དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྒྱས་མི་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དགོངས་འགྲེལ་ལས། ཆོས་རྣམས་ལ་རྣམ་པར་དག་པའི་དམིགས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་དོན་དམ་པ་ཡིན་པར་ཡོངས་སུ་བསྟན་ལ། ཞེས་རྣམ་དག་ལམ་གྱི་དམིགས་པ་མཐར་ཐུག་ཡིན་མིན་གྱིས་སྒྲོ་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་མ་པའི་ལུགས་ཀྱི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། བདེན་གཉིས་ལས། སྒྲོ་ལ་སྒྲུང་བ་དེ་ཁོ་



ན། རྒྱུན་རྒྱུ་ལ་གཞན་ནི་ཅིག་ཤོས་སོ། ཞེས་དང་། སྤྱོད་འཇུག་ལས། རོན་དམ་ཆོ་ཡི་  
 སྤྱོད་ཡུལ་མིན། སྤྱོད་ཅི་རྒྱུན་རྒྱུ་ཡིན་པར་འདོད། ཅིས་གཉིས་སྤྱང་དང་བཅས་མ་བཅས་  
 གྱི་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱོད་ཡུལ་གྱི་སྤོ་ནས་འཛོག་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 རྒྱུད་པའི་སྐབས་འདིའི་བདེན་གཉིས་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིག་ཆ་ཁག་ནས་ཐོན་པ་ལྟར་འཛོག་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། རང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རྟོགས་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྤྱབ་པའི་ནམ་པར་རྟོགས་བྱ་མ་ཡིན་པ་དེ་དོན་དམ་བདེན་པའི་  
 འཛོག་ཕྱེད། རང་ཉིད་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གཉིས་སྤྱང་དང་བཅས་  
 པའི་སྤོ་ནས་རྟོགས་པར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་རྒྱུན་རྒྱུ་བདེན་པའི་འཛོག་ཕྱེད་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་གང་ཞིག་སྤྱབ་པའི་ནམ་པར་རྟོགས་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་ན་དོན་དམ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། གཟུགས་འཛོན་དབང་ཤེས་  
 དེ་རང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་གང་  
 ཞིག་སྤྱབ་པའི་ནམ་པར་རྟོགས་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གཟུགས་འཛོན་དབང་མངོན་དེ་རང་དངོས་སུ་རྟོགས་པའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཆད་མས་གཉིས་སྤྱང་  
 རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དངོས་  
 སུ་རྟོགས་པའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་བྱ་བ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། གཟུགས་འཛོན་དབང་མངོན་ཉམས་སུ་ཁྱོད་པའི་རང་རིག་  
 དེས། གཟུགས་འཛོན་དབང་མངོན་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་རིག་དེས་དབང་མངོན་དེ་གཉིས་སྤྱང་རྒྱུ་པའི་ཚུལ་གྱིས་མ་རྟོགས་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། གཉིས་སྤྱང་དང་བཅས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
 རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། རྒྱུན་རྒྱུ་པའི་སྤྱང་བ་དང་བཅས་པའི་  
 ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་།

༤༥ ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པལ་ཆེར་རིགས་པས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོ་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེའི་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་གཞུང་ཆོན་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ན་འཕྲོས་པའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་དབྱེ་བའི་སྒྲོ་ནས་གངས་ངེས་སྒྲུབ་པ་ནི། ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པལ་ཆེར་རིགས་པས་ཀྱང་འབྱུང་སྟེ། ཞེས་པའི་ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པལ་ཆུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། ཁྱེད་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཏེ། བདེན་གཉིས་པན་རྒྱུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་དངོས་འགལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། ལུས་ཅན་དང་ལུས་ཅན་མ་ཡིན་པ་བཞིན། ཞེས་པའི་རིགས་པ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་འདྲའི་རིགས་པ་ཆོས་ཅན། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་སྒྲུབ་ཤེད་ཀྱི་རིགས་པ་རྣམ་དག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་སྒྲུབ་དགོས་ཀྱི་སྤྱི་ཚེ་ལ་རྣམ་དག་གིས་དེ་འདྲའི་སྒྱིར་པའི་ཕྱོགས་ཆོས་གྲུབ་ན་བསྒྲུབ་བྱ་ཉོགས་པའི་སྒྲོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་བདེན་གཉིས་པན་རྒྱུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་དངོས་འགལ་དུ་ཉོགས་ན། ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་ཉོགས་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། གཞི་དེའི་སྟེང་དུ་རྒྱན་པ་བསྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་ཡོངས་སུ་གཙོད་ན་དེ་བདེན་པ་མི་བསྒྲུབ་པའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཅད་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་པོས་ད་ནམས་གཤམ་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ལས། བུམ་

པ་རྩུན་པ་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་ན་དེ་བདེན་པ་མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཅད་དགོས་པའི་  
 གྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་པའི་གྱིར། འོ་ན། གཞི་དེའི་སྤྱི་བདེན་པ་བསྐྱུ་བའི་  
 དོན་དུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་ན་དེ་བདེན་པ་མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཅད་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་པ་བསྐྱུ་བ་ཡོངས་གཅོད་ལ་གྲུབ་ན། དེ་བདེན་  
 པ་མི་བསྐྱུ་བ་རྣམ་བཅད་ལ་ཞེགས་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་འདྲའི་ཕྱི་ཚོལ་  
 དེས་གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་གཉིས་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་འདྲའི་ཚོལ་བས་གཞི་ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་  
 རྟོགས་པར་ཐལ། ཅིའི་གྱིར། དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་  
 ངེས་པར་རྟོགས་པའི་གྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེའི་སྤྱི་བདེན་གཉིས་རྟོགས་  
 པའི་གྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེའི་སྤྱི་བདེན་གཉིས་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
 གནས་པའི་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་པའི་གྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། གཞི་སྒྲ་ཡི་  
 སྤྱི་བདེན་རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་ན། སྤྱི་བདེན་པ་གཉིས་རྟོགས་པས་ཁྲུབ་པ་གང་ཞིག  
 མཚུངས་པའི་གྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་མཚུངས་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་  
 དམ་བདེན་པ་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་གྲུབ་པ་དེའི་ཆེ། དེའི་སྤྱི་བདེན་པ་སྒྲོའི་ཡུལ་དུ་ཞེགས་པས་  
 ཁྲུབ་པའི་གྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བདེན་གཉིས་དེ་དེའི་སྤྱི་བདེན་  
 ཡོངས་གཅོད་ཡིན་པ་ཕྱི་ཚོལ་དེས་རྟོགས་པའི་གྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་གྲུབ། འོ་ན། དེ་འདྲའི་ཕྱི་ཚོལ་  
 དེས་གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་གཉིས་རྣམ་བཅད་ཡོངས་གཅོད་ཡིན་པ་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྤྱི་བདེན་རྣམ་བཅད་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེགས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཁྲུབ་པ་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་སྤྱི་བདེན་པ་ཀུན་  
 པ་ཞེགས་ཀྱི་མེད་པས་ཁྲུབ་པའི་གྱིར།

ཡ། སྤྱི་བདེན་པ་རྣམ་བཅད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཞིབ་དུ་རྟོགས་ཤིག ཅས་པའི་གཞུང་།

པ་རྩུན་པ་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་ན་དེ་བདེན་པ་མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཅད་དགོས་པའི་  
 གྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར། གསུངས་པའི་གྱིར། འོ་ན། གཞི་དེའི་སྟེང་དུ་རྩུན་པ་བསྐྱུ་བའི་  
 དོན་དུ་ཡོངས་སུ་གཅོད་ན་དེ་བདེན་པ་མི་བསྐྱུ་བའི་དོན་དུ་རྣམ་པར་བཅད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། ཚར། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་རྩུན་པ་བསྐྱུ་བ་ཡོངས་གཅོད་ལ་གྲུབ་ན། དེ་བདེན་  
 པ་མི་བསྐྱུ་བ་རྣམ་པཅད་ལ་ཞེགས་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་འབྲའི་སྤྱི་ཚོལ་  
 དེས་གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་བདེན་གཉིས་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་གནས་པའི་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་པར་ཐལ།  
**འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་འབྲའི་ཚོལ་བས་གཞི་ཤེས་བྱ་ལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་པར་  
 རྟོགས་པར་ཐལ། **ཅིའི་གྱིར།** དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་  
 ངེས་པར་རྟོགས་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེའི་སྟེང་དུ་བདེན་གཉིས་རྟོགས་  
 པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་རྟོགས་པར་ཐལ། དེའི་སྟེང་དུ་བདེན་གཉིས་ཕན་ཚུན་སྤངས་ཏེ་  
 གནས་པའི་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་པའི་གྱིར། **བྱུང་པ་མ་བྱུང་།** དེ་བྱུང་བར་ཐལ། གཞི་སྤྱི་ཡི་  
 སྟེང་དུ་རྟག་མི་རྟག་དངོས་འགལ་དུ་རྟོགས་ན། སྤྱིར་རྟག་མི་རྟག་གཉིས་རྟོགས་པས་བྱུང་བ་གང་ཞིག  
 མཚུངས་པའི་གྱིར། **རྟགས་སྤྱི་མ་མ་གྲུབ།** དེ་མཚུངས་པར་ཐལ། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་དོན་  
 དམ་བདེན་པ་སྟོའི་ཡུལ་དུ་གྲུབ་པ་དེའི་ཆོ། དེའི་སྟེང་དུ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་སྟོའི་ཡུལ་དུ་ཞེགས་པས་  
 བྱུང་བའི་གྱིར། **བྱུང་པ་མ་བྱུང་།** དེ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། བདེན་གཉིས་དེ་དེའི་སྟེང་དུ་རྣམ་བཅད་  
 ཡོངས་གཅོད་ཡིན་པ་སྤྱི་ཚོལ་དེས་རྟོགས་པའི་གྱིར། **བྱུང་པ་མ་བྱུང་།** འོ་ན། དེ་འབྲའི་སྤྱི་ཚོལ་  
 དེས་གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་བདེན་གཉིས་རྣམ་བཅད་ཡོངས་གཅོད་ཡིན་པ་རྟོགས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། གཞི་ཤེས་བྱའི་སྟེང་དུ་རྣམ་བཅད་ལ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཞེགས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ།  
**འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། **བྱུང་པ་**  
**མ་བྱུང་།** དེ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་སྟེང་དུ་ཀུན་རྫོབ་བདེན་  
 པ་ཞེགས་ཀྱི་མེད་པས་བྱུང་བའི་གྱིར།

ལྟེ། སྤྱོད་འདུག་རྣམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། ཞིབ་དུ་སྟོན་ཤིག ཅས་པའི་གཞུང་།

གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་འདུག་ནས་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞིབ་  
 ཏུ་སྒྲོམ་ཞིག་ ཅས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་འདྲའི་  
 གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་ས་བཅད་པ་ནས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གསུམ་  
 ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། གསུམ་པོ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། བདེན་  
 གཉིས་ཀྱི་དབྱེ་བ། དབྱེ་བའི་སྒྲོན་སྒྲུབ་དེས་སྒྲུབ་པ། གཅིག་དང་ཐ་དད་དཔུང་པ་ནམས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ས་བཅད་བཞི་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དཔུང་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་འདྲའི་  
 ས་བཅད་བཞི་པོ་འཕྲོས་ཡུལ་གྱི་ས་བཅད་དེ་བདེན་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་དཔུང་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་པའི་ནམ་པར་དོན་གསལ་བྱ་མ་ཡིན་པ་ཞེས་པ་དཔེ་དག་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
 ནའང་དགག་སྒྲུབ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་སྒྲུབ་པ་ལ་མི་བྱེད་པར་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྤང་བའམ། གཉིས་  
 སྤང་ལ་བཤད་དགོས་པ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། གོང་གི་གཞུང་དེའི་གཞུང་  
 ཆོག་སྤྱོད་པ་ལུ་མ་དོན་གསལ་པའི་ཕྱིར། མཛེས་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དོན་དམ་  
 བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་ཀྱི་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་གཉིས་དང་གཉིས་  
 སྤང་བཅས་རྒྱུ་ཀྱི་དོན་སྒྲིགས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། མཛེས་པའི་  
 ལྷགས་ལ་དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་དོན་དམ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། རང་རྒྱུད་  
 པའི་ལྷགས་ལ་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཆད་མའི་རྣམས་དོན་གང་ཞིག དེ་རང་

ཉིད་ལ་ལྟོས་ཏེ་མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སྤང་བ། རང་ཉིད་དོན་དམ་  
 བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན། གཉིས་སྒྲུང་བཅས་རྒྱལ་ནི་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྒྲུང་བ་རྒྱལ་མ་རྒྱལ་  
 ལ་བཤད་ལགས། འོ་ན། མདོ་སྡེ་པའི་ལུགས་ལ། དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཆོས་ཅན། དོན་  
 དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་བདེན་  
 པའི་མཚན་ཉིད་དེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། མཚན་  
 བྱེད་དོན་དམ་བདེན་པ་ཐལ་འགྱུར་པས་ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། མཚན་  
 མཚོན་གང་ཡིན་གྲང་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཁས་ལེན་ན་ལེན་མཉམ་དང་མི་ལེན་ན་མི་ལེན་མཉམ་པ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་ཐལ་འགྱུར་པས་ཁས་མི་ལེན་ན་  
 མཚོན་བྱ་དེ་ཡང་ཐལ་འགྱུར་པས་ཁས་མི་ལེན་པ་ཞིག་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཚོག་གི་སྡེ་  
 དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་དཀའ་འགྲེལ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ལུགས་དང་པོ་རང་མཚན་གྱི་མཚན་ཉིད་དུ་མི་འཐད་  
 དེ། རོ་བོ་ཉིད་མེད་པར་སྐྱབ་པ་ཐལ་འགྱུར་པས་རང་མཚན་ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཞིག་མཚན་ཉིད་དེ་  
 ཁས་ལེན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། མཚན་  
 མཚོན་ཡིན་ན་དེ་ལྟར་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། ཅ་བ་ནས་  
 དོན་དམ་པར་དོན་བྱེད་རྒྱས་པ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། གཞན་  
 ཡང་། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་མར་སྤང་བ་དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་དོན་དམ་བདེན་  
 པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་  
 ཚད་མ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་ཀྱི་བྱུར་དང་པོ་གང་ཞིག་ བྱེ་མ་  
 ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེ་མ་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐར་ཐུག་དཔྱད་པའི་རིགས་ཤེས་ཚད་

མ་དེ་རང་གི་རྒྱུ་ལ་ལྟོས་ཏེ་དེ་ར་སོང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་སོང་བར་ཐལ། དེ་དེ་ལ་ལྟོས་  
ཏེ་དེ་ར་སྐྱེས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ར་སྐྱེས་པར་ཐལ། དེ་དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་ཆད་མར་སྐྱེས་པའི་  
ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། གཞན་ཡང་། ཅུ་བ་ནས་གཉིས་སྤང་བཅས་རྒྱབ་དཔྱོད་པའི་གཉིས་སྤང་དེ་  
ཀུན་རྫོབ་པའི་སྤང་བ་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྟོན་འཛིན་མངོན་སུམ་  
ཆོས་ཅན། རང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་གྱིས་གཉིས་སྤང་རྒྱབ་པའི་ཚུལ་གྱི་  
རྟོགས་པར་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྟོན་འཛིན་མངོན་སུམ་ཉམས་སུ་  
སྤོང་བའི་རང་རིག་མངོན་སུམ་ཆོས་ཅན། རང་གི་སྤོང་བྱུང་གྱུར་པའི་ཤེས་པ་ལ་གཉིས་སྤང་རྒྱབ་པའི་  
སྟོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིར་ཤེས་པ་ལ་གཉིས་སྤང་རྒྱབ་པའི་སྟོ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་སྟེ། རང་རིག་ལ་གཉིས་སྤང་བཅས་རྒྱབ་དཔྱོད་པའི་གཉིས་  
སྤང་དང་སྤྱིར་གཉིས་སྤང་གཉིས་ཀྱི་དོན་ལ་བྱུང་པར་ཆེ་བའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྤྱིར་རང་རིག་  
ལ་གཉིས་བཅས་རྒྱབ་དཔྱོད་པའི་གཉིས་སྤང་དང་། སྤྱིར་གཉིས་སྤང་བཅས་རྒྱབ་དཔྱོད་པའི་གཉིས་སྤང་  
གཉིས་མི་འདྲ་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འདྲ་བར་ཐལ། དང་པོ་སྤྱིར་གཉིས་སྤང་བཅས་རྒྱབ་དེ་  
ཀུན་རྫོབ་པའི་སྤང་བ་ལ་མི་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་རྣམ་མཁྱེན་  
གཉིས་སྤང་བཅས་རྒྱབ་གང་རུང་གི་སྟོན་ནས་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ།  
གཉིས་སྤང་བཅས་པའི་སྟོན་ནས་མ་རྟོགས་པ་གང་ཞིག་གཉིས་སྤང་རྒྱབ་པའི་སྟོན་ནས་ཀྱང་མ་རྟོགས་པའི་  
ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། དེ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་རྣམ་མཁྱེན་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་པའི་སྟོ་  
ནས་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་  
པའི་སྟོན་ནས་རྟོགས་པ་ལ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་གྱི་རྟོགས་དགོས་པ་གང་ཞིག་དེ་དང་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
རྟོགས་ན་ཐ་དད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་  
གྱིས་གཉིས་སྤང་དང་བཅས་པའི་སྟོན་ནས་རྟོགས་པ་ལ་ཐ་དད་པའི་ཚུལ་གྱིས་རྟོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་

དཔྱོད་མཚོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྟེང་། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤད།  
 དེ་ཉིད་གྲིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། རྣམ་མཁྱེན་དེས་རྣམ་མཁྱེན་  
 གཉིས་སྒྲུང་དང་བཅས་པའི་རྩྱལ་གྲིས་མཛོགས་ཏེ། དེས་དེ་དང་ཐ་དད་པའི་རྩྱལ་གྲིས་མཛོགས་པའི་  
 སྟེང་ཏེ། དེ་དེ་དང་ཐ་དད་མ་ཡིན་པའི་སྟེང་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྟེང་རོ། །





༄༅། བདེན་སྐབས་དང་པོ་ལས་བདེན་བཞིའི་

སྐྱོར་གྱི་ཐལ་ཕྱིང་།

༄༅། ༡༩ བདེན་པ་ནམས་དང་ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དབྱེད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་བྱས་ན་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་པའི་དམིགས་པ་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་ནམས་དང་ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྒྱུར་བ་འགོད་པ་དང་མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་སྒྱུར་བ་འགོད་པ་ལ་དབྱེ་ན་བཞི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་འདུ་བྱ་འདི་ལ་བྱང་རྒྱུ་མེས་དཔལ་མེས་དཔལ་ཆེན་པོ་གཟུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བཙོན་ན་བཙོན་ཞེས་བྱ་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། སྤྱུག་བསྐྱལ་བདེན་པ་ལ་འདོམས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་ཤེས་བྱར་བདེན་ཞེན་དགག་པའི་ཕྱིར་དུ་འདོམས་པའི་མདོ་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་སྒྱུར་བ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྱུར་འགོད་གཉིས་པ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཟུགས་སྒྲེ་བའི་ཆོས་ཅན་ནམ་འགག་པའི་ཆོས་ཅན་དུ་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་ཞེས་སོགས་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་འདོམས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལ་སྤང་བྱར་བདེན་ཞེན་དགག་པའི་ཕྱིར་དུ་འདོམས་པའི་མདོ་ཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་སྐབས་སུ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ལུགས་དགག་པ་དང་། རང་ལུགས་བཞག་

པ་གཉིས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞན་ལུགས་དགག་པའི་སྐབས་སུ་མི་  
 རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་ལྟེང་བདག་མེད་བཞིའི་ཚོགས་དོན་དེ། རྟུག་བསྐྱེད་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་མི་འཐད་  
 ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་ན་མཆོན་བྱ་དེ་ཡིན་པས་  
 མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། མ་ཁྲུབ་པའི་སྒྲིན་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། རྟུག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། དེའི་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་  
 གྱི་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲུབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་  
 བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། ཆོས་ཅན་  
 ཡན་གར་བ་དང་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དོན་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་ན། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པས་  
 ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། རྟུག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་  
 ཐོས་དགྲ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་ལྟེང་བདག་མེད་བཞིའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
 དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། རྟུག་བཅས་མུང་འདས་  
 ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དགྲ་བཅོམ་དེ་མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་ལྟེང་བདག་མེད་བཞིའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་དེ་བཞི་དང་ལྟན་པའི་སྒྲིས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་དགྲ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅེའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་པའི་ལྟེང་བདག་མེད་བཞིའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པའི་

ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་གོང་དུ་ལུང་དངས་མ་ཐག་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 བྱལ་པ་མ་བྱུང་ཞེ། དེ་ནི་མྱིར་སྤྲོ་ཞོལ་གྱིས་རིགས་པ་བཀོད་པ་ཕྱི་ཞོལ་གྱི་འདོད་པ་ལ་རག་  
 ལས་པས་ཁ་ཅིག་གིས་མི་ཉག་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྟོང་བདག་མེད་པའི་ཆོགས་དོན་ཞེས་པ། དེ་  
 བཞི་ལྟན་པ་འཇམ་ཆོགས་པ་ཆང་བ་ཅམ་ལ་ཟེར་ན། ལྷག་བཅས་དག་བཅོམ་འཕེན་པ་ལས་མྱིར་  
 ལྷག་བཅས་དག་བཅོམ་པ་མི་ཉག་སྐྱུག་བསྐྱལ་སྟོང་བདག་མེད་པའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་ཞེས་  
 པའི་དོན་མ་ཡིན་ལགས། གཞན་ཡང་། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོགས་དོན་ཞེས་པ་  
 མྱ་མི་ཉག་པ་ལྟ་བུ་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གཉིས་ཀྱི་ཆོགས་པ་ལ་འཛིག་གི་ཐར་པ་དང་མི་ཉག་པ་སོགས་ཆོས་  
 ཅན་ཡན་གར་བ་རྣམས་ཆོགས་དོན་དུ་མི་རུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་རུང་བར་ཐལ། ཐར་  
 པ་དང་མི་ཉག་པ་སོགས་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་དག་ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོགས་  
 དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་མ་གྲུབ་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་དག་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་གིས་མང་དུ་པའི་  
 དགའ་འགྲེལ་དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། ཐར་པ་སོགས་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་རྣམས་བསྐྱུབ་བྱ་ཡང་  
 དག་མ་ཡིན་པའི་ལུགས་འདི་དོར་བར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ དེའི་གཟུགས་སྤུང་དེ་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་  
 པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་  
 མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོག་དེ་འཕྲོས་ཡུལ་གྱི་ས་བཅད་  
 ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞན་ལུགས་དགག་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རང་ལུགས་བཞག་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། གཞན་ལུགས་དགག་པ་དང་། རང་ལུགས་བཞག་པ་གཉིས་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་

རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་བདེན་བཞིའི་མཐའ་དབྱེད་པ་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་ཁ་ཅིག་གི་  
 འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱི་ལན་མ་ཡིན། རྩོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་ལན་མ་ཡིན་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཁ་ཅིག་གི་རྩོད་པའི་ལན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་སྐབས་ཀྱི་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ། སྤྱག་བསྐྱལ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་ཁ་ཅིག་གིས་བཞག་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་  
 ཁ་ཅིག་གིས་འདོད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་གཟུགས་སྤང་དེ་དེ་  
 ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་དེ་སྤྱི་འདུག་པའི་གཞི་  
 སོགས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་ལ་གནས་  
 པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་གཟུགས་སྤང་དེ་མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དེ་འདྲའི་  
 དག་བཅོམ་པ་དང་དེ་གཟུགས་སྤང་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་དེ་སྤྱི་  
 འདུག་པའི་གཞི་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་  
 ཐོས་དག་བཅོམ་དེས་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་འགོག་རྒྱས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ལྷག་བཅས་  
 སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་ཆོས་ཅན། ཁ་ཅིག་གིས་གཞག་པའི་མཆོན་ཉིད་དེ་མ་  
 ཡིན་མཆོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཆོན་ཉིད་དེ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། མཆོན་  
 ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་ཞེས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་  
 སྤང་པོ་དེ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་དངོས་རྒྱ་དོན་གཅིག་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པའི་དོན་གཅིག་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ནི་ལས་ཀྱི་སྤྱི་བ་  
 ཐོག་མར་འཕེན་པའི་སྐབས་སུ་ལྷག་བཅས་དག་བཅོམ་གྱི་སྤྱི་བ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་སྤྱི་བ་ཕེན་སྤྱི་ད་

པ་གསུམ་པོ་འདི་ལས་གཞན་གཟུགས་ཕུང་འཕེན་བྱེད་གྱི་དེ་གསུམ་ཟུར་དུ་མེད་པས་དེ་རྣམས་  
 བྱད་པར་མེད་པར་དོན་གཅིག་པར་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ལྷག་བཅས་མྱང་འདས་  
 ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་གཟུགས་ཕུང་གི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་ན། དེ་འདྲའི་དག་བཅོམ་པའི་  
 དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དག་བཅོམ་པའི་  
 རྒྱུ་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་ཆོས་ཅན། ལྷག་བཅས་མྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་དངོས་  
 རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་  
 རྒྱུ་གྱི་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གྱི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། དེའི་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་  
 ཆོས་ཅན། དེའི་རྒྱུ་གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ལ་ཕན་འདོགས་བྱེད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།

༡༥ འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་གང་ནས་ཡིན་  
 ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་  
 གུལ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་གོང་མ་ངོས་བརྒྱུང་ནས་སྤྱི་དོན་ལས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གུལ། བྱེ་བྲག་དུ་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ན་བདེན་གྱི་བྱིས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པས་ཞེས་  
 པ་ཆོག་སྔ་མ་དང་། དེ་བདེན་བཞིའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕྲོས་  
 ཡུལ་གྱི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གུལ། བཞི་པ་སྤྱི་དོན་འཆད་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་ལྟན་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གུལ། བདེན་བཞིའི་གངས་ངེས། གོ་རིམས་  
 ངེས་པ། སོ་སོའི་ངོ་བོ། རྣམ་གངས་བརྒྱུད་ཀྱི་བཤད་པ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གུལ།  
 སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་པ། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ། འགོག་པའི་བདེན་པ། ལམ་གྱི་བདེན་པ་

དང་བཞི་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཞི་པོར་མེ་མེ་ནས་མཚན་ཉིད་འདོག་གྱུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རང་གྱུ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་པའི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་  
 པ་སྐྱུག་བདེན་གྱི་མཚན་ཉིད། རང་འབྲས་སྐྱུག་བསྐྱུས་བདེན་པ་སྐྱེད་བྱེད་གྱི་འཁོར་བས་  
 བསྐྱུས་པ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། རང་འཕྲོ་བ་བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་རོ་  
 སྐལ་གྱི་སྒྲིབ་པ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་འགོག་ལྡན་གྱི་མཚན་ཉིད། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་  
 བདེན་ཐོབ་བྱེད་གྱི་རིགས་སྤྱུག་ནས་པའི་འཕགས་པའི་མདོན་རྟོགས། ལམ་བདེན་གྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལས་ཉོན་གྱིས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བྱ་ཡིན་ན་འཁོར་བ་ཡིན་པས་  
 བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་ཡོད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ལས་ཉོན་  
 གྱིས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེ་བྱ་ཡིན་ན་འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་བྱུང་པར་ཐལ།  
 མ་བྱུང་པའི་སྐྱེན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 པའི་རྒྱུད་གྱི་མཚན་གཞི་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཚོས་ཅན། དེ་ཚོས་ཅན། འཁོར་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེའི་ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་དེ་ཡང་འཁོར་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་མ་  
 བྱུང་། འོ་ན། ཟག་བཅས་ཡིན་ན་སྐྱུག་བདེན་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་དེ་ཡང་ཤར་བྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་  
 སྤང་བ་ལས། མདོར་ན་ཟག་བཅས་མཚན་ཉིད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐྱུག་བདེན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཚོས་ཅན། སྐྱུག་བདེན་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན་ཆར། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་སྤང་པོ་ཚོས་ཅན། འཁོར་  
 བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་གྱི་མཚན་  
 གཞི་ཡིད་གྱི་རྣམ་ཤེས་ཚོས་ཅན། དེ་འཁོར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཚོས་ཅན། འཁོར་བ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱུག་བསྐྱུས་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་མ་བྱུང་། འོ་ན། སྐྱུག་བསྐྱུས་བདེན་

པ་ཡིན་ན་འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་སྐྱེ་བ་དེ་འཁོར་བ་ཡིན་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཁོར་བ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་སྐྱེ་བ་དེ་ན་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་བྱུང་བའི་བླ་བཅས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལགས།

༤༥ རྒྱ་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ། མཚན་ཉིད་དེ་གང་ཞིག་མཚན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྒྱ་བཅས་མ་གྲུབ། མི་རྒྱ་སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་བདག་མེད་བཞིའི་ཆོགས་དོན་དེ། སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་མི་འཐད་དེ། རྒྱ་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་ལ་མཚན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་མཚན་ཉིད་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། མི་རྒྱ་སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་བདག་མེད་བཞིའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། རྒྱ་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་མི་རྒྱ་སྐྱེ་བ་བསྐྱེད་པའི་སྤྱོད་བདག་མེད་བཞིའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྱོད་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། སྐྱ་ཆོས་ཅན། སྐྱ་དང་མི་རྒྱ་པའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། འཁོར་གསུམ། སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྒྱ་པའི་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱ་དེ་སྐྱ་མི་རྒྱ་པར་སྐྱབ་པའི་ཅོད་གཞི་ཆོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྒྱ་པར་སྐྱབ་པའི་ཅོད་གཞི་ཆོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ན་སྐྱ་དང་མི་རྒྱ་པའི་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་རྒྱ་བཅས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། སྐྱ་མི་རྒྱ་པར་སྐྱབ་པའི་ཅོད་གཞི་ཆོས་ཅན་སྐྱོན་མེད་ཡིན་ན་སྐྱ་མི་རྒྱ་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ཚོལ་



ཡང་དག་གིས་རྟོགས་པས་བྱུང་བ་དང་། སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་ན་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་  
 བྱེ་རྒྱུ་ཡང་དག་གིས་མ་རྟོགས་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། སྐྱ་  
 དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་ན་སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་བསྐྱབ་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྐྱ་ཆོས་ཅན། སྐྱ་མི་རྟག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱིར་རྒྱུ་ཡང་དག་གིས་མ་རྟོགས་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། སྐྱ་དང་མི་རྟགས་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སྐྱ་ཆོས་ཅན། སྐྱ་དང་མི་རྟགས་པའི་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 རན་ཆར། སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྟག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་སྟོང་བདག་མེད་བཞིའི་  
 ཚོགས་ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་གཉིས་རྒྱ་མཚན་ནམ་པ་ཀུན་དུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། མཚུངས་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མཚུངས་པར་ཐལ། སྐྱ་ལ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ལྡན་པར་ཐལ། སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སྐྱ་  
 ལ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པ་གཉིས་ཀ་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྐྱ་དེ་སྐྱ་དང་མི་རྟག་པའི་  
 ཚོགས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་  
 ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ། མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་སྟོང་བདག་མེད་བཞིའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་  
 དེ་སྐྱབ་བྱེད་ཡང་དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་མ་གྲུབ། འོ་ན། རྟག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་  
 པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྟུགས་བཞིའི་ཚོགས་དོན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་བར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་བྱུང་བ་མཛོད་སྟུགས་རབ་འབྱུངས་པ་པཎ་ཆེན་པོས་ད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཚོག་  
 གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 གྱིས་མངའ་བའི་ཕར་བྱེན་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་དང་  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཚོགས་དོན་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། ཆོས་ཅན་ཡན་གར་བ་ཡིན་ན། ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱིས་ཚོགས་དོན་མ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ།

འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན།  
 ཆོས་དང་ཆོས་ཅན་གྱི་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལྷག་བཅས་མུང་  
 འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་བྱེད་པའི་  
 ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་མི་རྟག་སོགས་བཞིའི་ཆོགས་  
 དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གོང་གི་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་ལ་མཚོན་པ་  
 དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་མཚན་ཉིད་  
 དེ་ཡིན་མིན། མི་རྟག་སྤྱད་བསྐྱེད་པ་བྱེད་པའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་མིན་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འོ་ན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་དེ་འདྲའི་མཚན་  
 ཉིད་དེ་མི་འཐད་པའི་སྒྲིན་དུ་མི་འགྲོ་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མི་འགྲོ་བར་ཐལ། དེ་མི་རྟག་སོགས་  
 བཞིའི་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་  
 པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་དེ་འདྲའི་ཆོགས་དོན་མ་ཡིན་ཀྱང་དེ་འདྲའི་སྒྲིན་དུ་འགྲོ་ཆུ་ལ་ཞིག་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཡོད་ན་ཞོག དེ་ཡོད་དེ་ཕྱོགས་སྤེལ་ཆོས་དེ་ལ་བྱེད་ཆོས་དེ་  
 དང་དེ་ལྟ་ན་ཆོས་དེ་བྱེད་ཆོས་དེ་དང་དེའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་པ་ཁས་ལེན་པ་གང་ཞིག དེ་  
 འདྲའི་ཁས་ལེན་དང་བསྐྱེད་ན་ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་  
 དེ་མི་རྟག་སོགས་བཞིའི་ཆོགས་དོན་ཡིན་པའང་ཁས་ལེན་དགོས་པས་ཕྱོགས་སྤེལ་དེ་ལ་དེ་འདྲའི་  
 སྒྲིན་དེ་གཞོན་བྱེད་དུ་འགྲོ་བ་ཡིན་ནོ། །

༥༥ ལྷག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་  
 ཅས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲིན་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་  
 སྒྲིན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་བྱས་ན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཕགས་པའི་བདེན་པ་བཞིའི་རྣམ་གཞག་བཤད་  
 པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་

པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་བཞིའི་གོ་རིམ་ངེས་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་བཞིའི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། མོང་དུ་སྒྲུག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་དེ། ཞེས་  
 པའི་ལུང་གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྱིར་བཅོམ་ལྡན་འདས་ཀྱི་མདོ་ལས་  
 བདེན་བཞིའི་ནང་ནས་སྒྲུག་བདེན་དང་པོར་བསྟན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་པོར་བསྟན་  
 པའི་གོ་རིམ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས། སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་  
 བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། བདེན་པ་བཞིའི་ནང་  
 རྟགས་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཞིའི་ནང་ནས་སྒྲུག་བསྐྱལ་གྱི་བདེན་པ་དང་པོར་  
 གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཡུལ་  
 ཅན་མདོན་པར་རྟགས་པ་སྒྱུ་བའི་གོ་རིམ་ཡིན་པས། ཐོག་མར་འཁོར་བ་སྒྱི་དང་བྱེ་བྲག་  
 གི་སྒྲུག་བདེན་གྱི་ཉེས་དམིགས་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་བྱས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་དེ་གང་ལས་བྱུང་  
 པའི་ཀུན་འབྱུང་ལ་སྤང་འདོད་སྒྱེད་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་སྤངས་པ་ན་སྒྲུག་ཀུན་འཁོག་པའི་  
 འཁོག་པ་མདོན་དུ་བྱེད་རྒྱས་སུ་མཐོང་ནས་དེ་འཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་བདག་མེད་  
 རྟགས་པའི་དོན་སྒྲོམ་པ་ལ་འཇུག་པའི་ཕྱིར། དཔེར་ན། དང་པོར་ནད་ངོས་ཟིན་པར་བྱས་  
 ལ་དེའི་རྗེས་སུ་ནད་ཀྱི་རྒྱ་གང་ཡིན་ཤེས་པར་བྱས་ཏེ་དེ་སྒྲོང་ལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་  
 ཞི་བའི་བདེ་བ་འདོད་པ་ན་དེའི་རྒྱ་ནད་དེའི་གཉེན་པོ་སྦྲན་བསྟེན་པ་ལ་འཇུག་པ་བཞིན་ནོ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཞི་པོར་སོ་སོ་ནས་མཆོན་ཉིད་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་སྒྲུག་བསྐྱལ་བདེན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་འཛོག་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དོར་བར་བྱ་བ། སྒྲུག་  
 བསྐྱལ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་སྤང་བར་བྱ་བ། ཀུན་འབྱུང་

བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཏུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཉེས་  
 དམིགས་ཀྱི་སྒྲིམ་ནས་དོར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཉེས་དམིགས་  
 ཀྱི་སྒྲིམ་ནས་སྤང་བར་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་དེ་ན། སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་  
 པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་གང་རུང་ཡིན་ན། སྤང་བྱ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས།  
 འདྲི་དེ་ན། དེས་པའི་རྒྱུ་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བཙུགས་ཅན། སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 གྱིམ་། དེས་པའི་རྒྱུ་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བཙུགས་ཅན། སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་བསྐྱེད་  
 བདེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་གང་རུང་ཡིན་པའི་གྱིམ་། ཉེས་མ་གྲུབ། དེས་པའི་རྒྱུ་ཞུགས་  
 སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བཙུགས་ཅན། སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལས་ཉོན་ཀྱི་དབང་གིས་  
 རང་དབང་མེད་པར་སྦྱོར་བ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་གྱིམ་། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཉིད་ས་གསུམ་བརྟེན་པ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་གྱིམ་། ཉེས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མངོན་པ་  
 ཀུན་བདུས་ལས། སེམས་ཅན་གྱི་འཛིན་ཉེན་གང་ཡིན་པ་དང་། སྒྲིད་ཀྱི་འཛིན་ཉེན་གང་ཡིན་པ་ལས་  
 དང་ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེད་པ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་དབང་གིས་བྱུང་བ་འདི་མཐའ་དག་སྤྱི་བསྐྱེད་  
 ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱོའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིམ་། གསུངས་པའི་གྱིམ་། འོ་ན། དེས་  
 པའི་རྒྱུ་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བཙུགས་ཅན། དེ་སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འདྲི་དེ་ན། དེས་པའི་རྒྱུ་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བཙུགས་ཅན། ཉེས་དམིགས་ཀྱི་སྒྲིམ་  
 ནས་དོར་བར་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕགས་  
 པའི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་པའི་གྱིམ་། གཞན་ཡང་། ལྟ་དང་མིར་སྦྱོར་བ་ལེན་པའི་ཐབས་སུ་  
 བྱུང་པའི་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱུ་ཀྱི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དགེ་པའི་ལས་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་གྱིམ་།  
 ལྟ་དང་མིར་སྦྱོར་བ་ལེན་པའི་ཐབས་སུ་བྱུང་པའི་སྒྲིམ་གྱི་རྒྱུ་ཀྱི་ཟག་བཅས་ཀྱི་དགེ་པའི་ལས་ཆོས་ཅན།  
 སྤང་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་བསྐྱེད་བདེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་གང་རུང་ཡིན་པའི་གྱིམ་།  
 ཉེས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པའི་གྱིམ་། ཉེས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་

པར་ཐལ། དེ་ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྟགས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་པའཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། དེ་ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། དེ་འཁོར་པའི་བསྐྱུས་པའི་ལས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དེས་བསྐྱུས་པའི་བསོད་ནམས་ཀྱི་ལས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༥༥ སྟུག་བསྐྱེལ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་  
 དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་  
 རྟགས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་གསལ་པའི་སྟོན་  
 མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་བྱས་ན་གང་གི་སྐབས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་བཞིའི་ནམ་གཞན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། བདེན་བཞིའི་སྤྱི་དོན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་བཞིའི་མཐའ་  
 དཔྱད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་བ་ནས་སྟུག་བསྐྱེལ་ལ་  
 སོགས་པ་བཞི་ལ་ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་པ་ཞེས་བྱ་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་ལུང་གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ། འགོག་པའི་བདེན་པ།  
 ལམ་གྱི་བདེན་པ་བཞི་ལ་རྒྱ་མཆོན་ཅིའི་ཕྱིར་བདེན་པ་ཞེས་བཅོད་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་ལ་སོགས་པ་བཞི་ལ་བདེན་པ་ཞེས་བཅོད་པའི་  
 རྒྱ་མཆོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་སྟུག་ཀུན་གཉིས་སྤང་བྱ་དང་འགོག་  
 ལམ་གཉིས་སྤང་བྱར་བཅོམ་ལྡན་གྱིས་གསུང་རབ་ལས་བཀའ་བསྟུལ་པ་དེ་བདེན་པས་ན་བདེན་  
 པ་དང་། རྩེ་བྲག་ཏུ་བདེན་བཞིའི་གནས་ལུགས་ཇི་ལྟ་བ་བཞིན་འཕགས་པ་ནམས་ཀྱིས་མཛད་ན་

སུམ་དུ་རྟོགས་པས་ན་བདེན་གྱི། བྱིས་པ་ནམས་ཀྱིས་རྟོགས་པ་དེ་ལྷ་མ་ཡིན་པས་ན་འཕགས་  
 པའི་བདེན་པ་ཞེས་བཤད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཞིའི་ནང་ནས་སྟུག་བསྐལ་  
 བདེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ངོ་པོ་འདྲིལ་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་དེ། སྟུག་བསྐལ་བདེན་པའི་ངོ་  
 པོ་དང་། ལས་ཉོན་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་དེ། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་ངོ་  
 པོར་འདྲིལ་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་ན། སྟུག་  
 བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་། ལས་ཉོན་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་ན། ཀུན་  
 འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། བྱུང་པ་དང་  
 པོ་མེད་པ་གང་ཞིག་ བྱུང་པ་ཕྱི་མ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། རེ་རེ་ནས་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱུང་  
 པ་དང་པོ་མེད་པར་ཐལ། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་ན། སྟུག་བསྐལ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་  
 བཅས་ཡིན་ན། སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་ཆོས་ཅན། སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་ཆོས་ཅན། སྟུག་བསྐལ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་ཆོས་ཅན། སྟོད་བརྟུང་གང་རུང་གིས་བསྟུས་  
 པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པར་ཐལ། བརྟུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་ཆོས་ཅན། བརྟུང་གིས་བསྟུས་པའི་ཟག་བཅས་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཉོན་ལྷིབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། བྱང་སེམས་འཕགས་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་ཆོས་ཅན། ཉོན་ལྷིབ་ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཟག་གི་བདག་འདྲིན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཆར། འོ་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་སྟུག་བསྐལ་  
 བདེན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་

རྒྱུད་ལ་སྦྱོར་གྱི་ན་འཆིའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་ཆ་མ་ལས། འཕགས་པས་  
 ན་དང་ན་བ་དང་། །འཆི་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་རྩད་ནས་སྤངས། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་།  
 བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གང་ཟག་གི་བདག་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཀུན་  
 འབྱུང་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ལས་ཉོན་གང་རུང་གིས་བསྐྱེས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་པས་བསྐྱེས་པའི་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

པ། ཐེག་ཆེན་སྐུབ་པའི་དམིགས་པ་དེ་ལ་བདེན་པ་བཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་  
 འདི་པར་ཕྱིན་སྦྱོར་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་འདི་པར་ཕྱིན་  
 སྦྱོར་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་  
 ཆོན་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྲ་མ་ངོས་བབྱང་ནས་གཞུང་  
 ཆོན་དེ་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་སྐུབ་  
 པ་རང་གི་ངོ་པོ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་གསུངས་ནས་དེའི་རྗེས་སུ་བདེན་བཞི་ལ་  
 འདོམས་པའི་གདམས་ངག་འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྲ་  
 མ་དང་གཞུང་ཆོག་སྲ་ཕྱི་དེ་དག་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐུབ་པའི་དམིགས་པ་དེ་ལ་བདེན་པ་བཞི་ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་འདི་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་དང་། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ། འཁོག་པའི་བདེན་པ།

ལམ་གྱི་བདེན་པ་བཞི་ཚོས་ཅན། དེ་ཚོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་དེ་ལ་བདེན་པ་བཞི་  
 ཡོད་དོ་ཞེས་སྟོན་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བདེན་པ་བཞི་པོ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདྲིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་བཞི་པོ་དེའི་མཚན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་པའི་འཁོར་  
 བས་བསྐྱུས་པ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། རང་འབྲས་རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་  
 པ་སྦྱིད་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ། ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད། རང་འཕྲོ་བ་  
 བྱེད་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ངོས་སྐལ་གྱི་སྦྱིབ་སྦྱངས་པའི་བྲལ་བ། འགྲོག་བདེན་གྱི་མཚན་  
 ཉིད། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགྲོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་  
 མངོན་རྟོགས། ལམ་བདེན་མཚན་ཉིད་བཅས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་བསྐྱེད་  
 བདེན་པ་ཡིན་ན། འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་  
 ན། འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་  
 པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་  
 པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་པས་མ་  
 ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་  
 ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། མ་དག་པའི་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། མ་དག་པའི་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་ཚོས་ཅན། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་  
 ཕར་ཕྱིན་སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ལས། ཁ་ཅིག་གིས་རང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་ནམ་  
 སྦྱིན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་དེ། རྒྱལ་བསྐྱེད་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དུ་བཞག་པ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། མ་དག་པའི་སྟོད་ཀྱི་འཛིག་རྟེན་མཆོན་བྱ་དེ་གང་ཞིག་མཚན་ཉིད་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དང་པོ་དེར་ཐལ། ཀུན་བདུས་ལས། དེ་ལ་རྒྱལ་བསྐྱེད་ཀྱི་བདེན་པ་གང་ཞེ་ན། དེ་ནི་མེས་ཅན་སྦྱེ་



བ་དང་། རྒྱུ་པའི་གནས་ཀྱིས་ཀྱང་རིག་པར་བུའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། རྒྱལ་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། རྒྱལ་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་ན། འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་  
 ཁྲབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། རྒྱལ་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་ན། འཁོར་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ།  
 རྒྱལ་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་ཉེ་བར་ལེན་པའི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་  
 པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འཁོར་བ་ཡིན་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་  
 པོ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལེན་པའི་རྒྱན་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་  
 ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལེན་པའི་རྒྱན་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་འཁོར་བའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་དག་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་རྣམ་འགྲེལ་ཀྱི་ཀ་ཆེན་རིགས་པའི་རྒྱ་མཚོ་ལས།  
 དེས་ན་ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལེན་པའི་རྒྱན་པ་འཁོར་བ་ཞེས་བུའོ།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་  
 པོ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལེན་པའི་རྒྱན་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། མ་དག་པའི་སྣོད་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་ཆོས་ཅན། འཁོར་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལས་  
 ཉོན་གྱི་དབང་གིས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕྱང་པོ་རྒྱན་མ་ཆད་པར་ལེན་པའི་རྒྱན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་  
 བྱུང་། ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་གོང་དུ་བསྐྱབས་ཟིན་པའི་ཕྱིར།

༡༽ རྒྱལ་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་ཡིན་ཅིང་བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཚན་  
 གསུམ་སོ་སོར་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་འདི་ལྷི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་

འདི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་  
 ཆོན་དེ་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་  
 གཞུང་ཆོན་དེ་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ཆུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྣམ་  
 པ་བརྒྱ་དུག་སོ་སོར་འགལ་ལམ་མི་འགལ་བཞག་དུ་ཡོད་དེ། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་  
 སྲ་མ་དང་གཞུང་ཆོག་སྲ་ཕྱི་དེ་དག་བདེན་བཞི་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་ཡིན་ཅིང་བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
 བཞི་ཆོན་སོ་སོར་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་བཞི་ཆོན་རྣམས་རེ་རེ་ནས་  
 ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མི་ཉག་པ། སྟོང་པ། སྤྱག་བསྐྱེད་པ། བདག་  
 མེད་པ་སྟེ། སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ཟུ། ཀུན་འབྱུང་། རབ་སྟེ། རྟེན་ཏེ་ཀུན་  
 འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། འགོག་པ། ཞི་བ། གུ་ལོ་མ། དེས་འབྱུང་སྟེ་འགོག་བདེན་  
 གྱི་རྣམ་པ་བཞི་དང་། ལམ། རིག་པ། སྤྱབ་པ། དེས་འབྱེན་ཏེ་ལམ་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་  
 བཅས་བཞི་ཆོན་རྣམས་དེ་ལྟར་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་  
 འགལ་བ་ཡིན་ཅིང་བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཆོན་སོ་སོར་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཅེས་སྤྱག་  
 བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་ཡིན་ཆུ་ལ་དང་། བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཞི་ཆོན་སོ་སོར་དོན་  
 གཅིག་ཆུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་མི་ཉག་སྤྱག་བསྐྱེད་སྟོང་  
 བདག་མེད་བཞི་ཆོས་ཅན། ནང་ཕན་ཆོན་འགལ་བ་ཡིན་ཏེ། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་  
 ཆོས་མི་ཉག་པ་ཡིན་ན། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་ཆོས་སྟོང་པ་སོགས་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་  
 པས་བྱུང་། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་ཆོས་སྟོང་པ་ཡིན་ན། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་  
 ཆོས་སྤྱག་བསྐྱེད་སོགས་རེ་རེ་ནས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་ཆོས་  
 སྤྱག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་ན། སྤྱག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱང་ཆོས་བདག་མེད་པ་སོགས་རེ་རེ་ནས་  
 མ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཅེས་པ་སྤྱག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་ཡིན་ཆུ་ལ་དང་།

བདེན་པ་གཞན་རྣམས་ེ་ེའི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་རྣམས་ཕན་ཆན་ཡིན་ཀྱང་མཉམ་ཡིན་ཏེ།  
 ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་རྒྱུའི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་ཀུན་  
 འབྱུང་གི་རྣམ་པ་དང་རབ་སྐྱེའི་རྣམ་པ་དང་རྒྱུན་གྱི་རྣམ་པ་བཅས་ེ་ེ་རྣམས་ཡིན་པས་བྱུང།  
 འགོག་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་འགོག་པའི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་ནི་  
 བའི་རྣམ་པ་དང་གུ་མོ་མ་པའི་རྣམ་པ་དང་ངེས་འབྱུང་གི་རྣམ་པ་བཅས་ེ་ེ་རྣམས་ཡིན་པས་  
 བྱུང། ལམ་བདེན་གྱི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་ལམ་གྱི་རྣམ་པ་ཡིན་ན། དེའི་སྟེང་གི་བྱད་ཆོས་  
 རིག་པའི་རྣམ་པ་དང་སྒྲུབ་པའི་རྣམ་པ་དང་ངེས་འབྱེན་གྱི་རྣམ་པ་བཅས་ེ་ེ་རྣམས་ཡིན་པས་  
 བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་སྟུག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་པོ་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྟུག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་པོ་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཞི་ཀའི་གཞི་  
 མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་དེ་དེ་  
 བཞི་ཀའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན།  
 དེ་བཞི་ཀའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། སྟུག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་སྟོང་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་བདག་མེད་  
 པ་སྟུག་བསྐྱེད་པ་མི་རྟག་པ་རྣམས་ེ་ེ་རྣམས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་  
 རྩེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མངོད་པའི་ཤར་ཕྱིན་སྒྱུ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་རྫོན་མེ་ལས། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་  
 ཅན། སྟོང་པ་ཡིན་ཏེ། གཙང་བའི་བདག་དོན་གཞན་གྱིས་སྟོང་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། བདག་མེད་  
 པ་ཡིན་ཏེ། རང་དབང་བའི་བདག་གི་ངོ་པོར་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། སྟུག་བསྐྱེད་པ་ཡིན་  
 ཏེ། ལས་ཉོན་གྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། མི་རྟག་པ་ཡིན་ཏེ། རེས་འགའ་  
 རྒྱུས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་  
 ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། སྟུག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་མི་རྟག་སྟུག་བསྐྱེད་སྟོང་བདག་མེད་བཞི་ཀའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྟུག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་མ་ཡིན་

པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་གའི་གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

༧༥ སྤྱི་ག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་  
 གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བར་ཕྱིན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་  
 སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་བཞིའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིའི་  
 བདེན་བཞི་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷ་རིའི་བྱ་འདི་  
 ལ་བྱང་རྒྱུ་བ་མེ་མས་དཔལ་མེ་མས་དཔལ་ཆེན་པོ་གཟུགས་སྟོང་པ་ཉིད་ལ་བརྩོན་ན་བརྩོན་ཞེས་  
 བྱའོ། ཞེས་སོགས་སྤྱི་ག་བདེན་དང་། གཟུགས་སྐྱེ་བའི་ཆོས་ཅན་ནམ། འགག་པའི་ཆོས་  
 ཅན། ཞེས་སོགས་ནས་མི་བརྩོན་ཞེས་བྱ་བར་ཡང་དག་པར་རྗེས་སུ་མི་མཐོང་ངོ་། ཞེས་  
 བར་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མདོ་དེའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་བྱ་བྱི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་རྣམས་དང་ནི། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་ཆོས་ཅན།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དོན་འགྲེལ་བའི་འགྲེལ་རྒྱུ་གི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སྤྱི་ག་བསྐྱེལ་ལ་གཟུགས་ལ་སོགས་པའི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་སྟོང་པ་ཉིད་ཞེས་  
 སོགས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅུ་བའི་སྤྱི་ག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་བདེན་བཞིའི་  
 གོ་རིམ་འདི་འཐད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། བདེན་བཞི་གོ་རིམ་ངེས་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱངས་ངེས་དང་། སོ་  
 སོའི་ངོ་པོ། སྒྲ་དོན། རྣམ་བྱངས་བརྩུ་དུག་བཤད་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་དག་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་འདིར་བདེན་བཞིའི་མཐའ་དཔྱད་  
 པའི་སྐབས་སུ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་ག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་  
 པའི་བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་འཐད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་དེ། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན།

ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁ་ཅིག་འགོག་བྱེད་མ་ཡིན། རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་སྟོན་བྱེད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་སྟོན་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཆོག་སྲ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱིར་གསུང་རབ་ལས་སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་བསྟན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་བསྟན་པའི་གོ་རིམ་གཉིས་གསུངས་པ་ལས་ཞེས་པའི་ཆོག་ཆོས་ཅན། གཞུང་ཆོག་སྲ་མ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། གསུང་རབ་ལས་སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་བསྟན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་བསྟན་པའི་གོ་རིམ་གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོ་རིམ་དེ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་སྟོན་པའི་གསུང་རབ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བཀའ་དང་པོ་བདེན་བཞི་ཆོས་འཁོར་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་འདི་ནི་སྦྱུག་བསྐྱེད་འཕགས་པའི་བདེན་པའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་གིས་སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པ་དང་། མངོན་རྟོག་རྒྱན་གྱི་སྐབས་སུ། རྒྱ་དང་ལམ་སྦྱུག་བསྐྱེད་དང་། ། འགོག་པ་ལ་ནི་གོ་རིམ་བཞིན། །ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་འདྲ་པའི་བཀའ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་བསྟན་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་སྟོན་བྱེད་རེ་རེ་ནས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱུག་བདེན་དང་པོ་གསུངས་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་པོ་བསྟན་པ་གཉིས་ལས་སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པ་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སྦྱུག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པ་དང་ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་གསུངས་པ་གཉིས་ལས་ཀུན་འབྱུང་དང་པོ་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཀུན་འབྱུང་དང་པོར་གསུངས་པས་གོ་རིམ་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཀུན་འབྱུང་དང་པོ་གསུངས་པའི་རྒྱ་མཆོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་འབྲས་དོན་གྱི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱུག་ཀུན་དང་པོར་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་བཀད་པའི་རྒྱ་མཆོན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཡུལ་ཅན་མངོན་པར་རྟོགས་

པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྤྱག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་  
 འདི་ཆོས་ཅན། ཆད་མས་ངེས་པའི་རིམ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡུལ་  
 ངེས་པའི་རིམ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་རྒྱལ་ཆ་བ་  
 ཐམས་ཅད་མཆིན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ཆད་མའི་ལམ་བུ་ལས། བདེན་བཞིའི་གོ་རིམ་འདི་ནི་རིགས་  
 པའི་རྣམ་པར་ངེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཁོ་ན་ཡིན་པས། བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པའི་དུས་ན་འབྱུང་  
 བཞི་ཐོག་མར་རིགས་པའི་གོ་རིམ་གྱི་དབང་གིས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྤྱག་བདེན་དང་པོར་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་དེ་ཡུལ་ངེས་པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་  
 བྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། གོ་རིམ་དེ་ཡང་ཆད་མས་ངེས་  
 པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སྤྱག་བདེན་དང་  
 པོར་གསུངས་པའི་གོ་རིམ་འདི་ཆད་མས་ངེས་པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆད་མས་ངེས་ཆུལ་དེ་སྤྱག་བདེན་དང་པོར་རྟོགས་ནས་ཀྱན་འབྱུང་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འགོག་བདེན་དང་པོར་རྟོགས་ནས་ལམ་རྗེས་སུ་རྟོགས་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལལ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་ལ་ཆད་མས་ངེས་ཆུལ་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྤྱག་བདེན་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་ཆོས་བཟོད་  
 སྦྱོར་ན། ཀྱན་འབྱུང་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་སྦྱོར་པས་མ་ཁུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 ཁུབ་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་ཤེས་བཟོད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དུག་པོ་ཅིག་ཅར་དུ་སྦྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སྤྱག་བདེན་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་དང་ཀྱན་འབྱུང་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་  
 ལམ་ཅིག་ཅར་དུ་སྦྱེ་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་  
 ཅིག་ཅར་དུ་སྦྱེ་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལལ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་  
 པའི་མཐོང་ལམ་ཅིག་ཅར་དུ་སྦྱེ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 མི་སྦྱེ་བར་ཐལ། དེ་རིམ་ཅན་དུ་སྦྱེ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རིམ་ཅན་དུ་སྦྱེ་དགོས་པར་

ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་ཚབ་ཐམས་ཅད་མཐུན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་རྒྱན་ལས། དེས་ན་རྣམ་འབྱོར་པའི་རྒྱུད་ལ་བདེན་བཞི་ལ་དམིགས་པའི་མཐོང་ལམ་སྦྱོར་བ་ན་ཡང་གོ་རིམ་དེ་དག་དང་མཐུན་པར་སྦྱོར་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་ཐོག་མར་བདེན་བཞིའི་ཉམས་ལེན་ལ་འདུག་པའི་དུས་ལ་དགོངས་པ་ཡིན།

༡༠༥ དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙམ་པ་དེ་མཚན་ཉིད་དེ་གང་ཞིག་མཚོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བར་ཕྱིན་མཐའ་དབྱེད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཞེས་པའི་དང་པོ་ངོས་བབྱུང་ནས་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཁ་ཅིག་གིས་སྒྲུག་བསྐལ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་དང་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་གཉིས་བཞག་པ་ལས་རང་རྒྱལ་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་སྒྲུག་བསྐལ་བདེན་པའི་མཚན་ཉིད་ཅེས་པ་དང་པོ་ཡིན་ལ། དེ་མི་འཐད་དེ། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙམ་པ་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་ལ་མཚོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་གནོད་བྱེད་གཏོང་མཁན་དེ་རང་ལུགས་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ཁ་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱི་དེ་ལྟ་བུའི་གནོད་བྱེད་དེ་གནོད་བྱེད་ཡང་དག་ཏུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། མི་འགྲོ་བ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འགྲོ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ཀྱིས་འཕངས་པའི་མ་བྱུང་བའི་སྦྱོན་དེ་དེ་འདྲའི་མ་བྱུང་བའི་སྦྱོན་དུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འགྲོ་བར་ཐལ། དེ་འདྲའི་མ་བྱུང་བའི་སྦྱོན་དེ་མཚན་མཚོན་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མཚོན་བྱ་དེ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་

ཐལ། རྒྱལ་བཅས་མྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་མཆོན་བྱ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤྲུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་སྤྲུག་བསྐལ་བདེན་པའི་མཆོན་ཉིད་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་  
 བར་ཐལ། དེ་རང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་འཁོར་བས་བསྐྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་མཆོན་ཉིད་དེའི་ཟུར་གཉིས་ཀ་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཆང་བར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཟུར་སྤྲུལ་མ་ཆང་བ་གང་ཞིག་ཟུར་ཕྱི་མ་ཡང་ཆང་བའི་ཕྱིར། ཟུར་  
 སྤྲུལ་གཉིས་ཀ་ཆང་བ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་བར་ཐལ། ཟུར་སྤྲུལ་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཆང་བར་ཐལ། དེ་རང་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་བྱུང་བར་ཐལ། རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་བར་ཐལ། རང་  
 གི་དངོས་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རང་གི་དངོས་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེའི་གཟུགས་ཕུང་གི་དངོས་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་  
 པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་དང་དེའི་གཟུགས་ཕུང་གི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གཅིག་པར་ཐལ། རྒྱལ་བཅས་མྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་  
 དེ་རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཐག་བཅས་ཀྱི་ཕུང་པོ་ཡིན་པའི་སྤྱབ་ཤེད་དེ་སྤྱབ་ཤེད་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱལ་བཅས་མྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་  
 བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་གཟུགས་ཕུང་གི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། རྒྱལ་བཅས་མྱང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་  
 ཀྱི་དངོས་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལས་ཉོན་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་  
 ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་།  
 ཟུར་ཕྱི་མ་ཡང་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་བར་ཐལ། དེ་འཁོར་བས་བསྐྱས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་ཐལ། དེ་ལས་ཉོན་གྱིས་སྐྱེས་པའི་སྐྱེས་བུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་



མ་གུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན། ཚར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། སྐབས་  
 འདིའི་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཞེས་པ་ནི། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་པའི་གང་  
 ཟག་ལ་གོ་དགོས་པ་གསེར་ཕྱེང་དང་ནམ་བཤད་ལྟར་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་  
 གིས་སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཡིན་ན་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པས་མ་བྱུལ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་  
 ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་ན་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པས་མ་བྱུལ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་  
 ན། ལས་ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་པ་མ་ཡིན་པའི་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ལྷག་བཅས་བྱུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དབྱེ་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ལས་  
 ཉོན་གྱི་དབང་གིས་སྦྱེས་ཀྱང་ལས་ཉོན་གྱིས་མ་སྦྱེས་པ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ལས་ཉོན་གྱིས་སྦྱེས་པ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤྱུག་  
 བསྐྱལ་བདེན་པར་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པ་དེ་ཡང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གུབ། དེར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མངོན་པ་ཀུན་བདུས་ལས། མེས་ཅན་སྦྱེ་བ་དང་སྦྱེ་བའི་གནས་ཀྱིས་ཀྱང་རིག་  
 པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལས་ཉོན་གྱིས་  
 སྦྱེས་པའི་སྦྱེས་པུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། དེ་ཆོས་ཅན། འཁོར་བས་  
 བསྐྱུས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུ་ཀུན་འབྱུང་  
 བདེན་པ་ལས་བྱུང་བའི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་མི་རིགས་ཏེ།  
 མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་ན་མཆོན་བྱ་དེ་ཡིན་པས་མ་བྱུལ་པའི་མུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༡༥ ལམ་བདེན་གྱི་མཆོན་ཉིད་འཛིག་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གུབ། རང་  
 གི་བྱལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་ཉོན་གས་

ཚེས་ཅན། དེ་ཚེས་ཅན། ལམ་བདེན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལ་མཆན་མཆོན་གྱི་བྱ་བ་པ་སྒྲོ་བར་ཀྱང་པོ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ངེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལ་ཡིན་བྱ་བ་མཉམ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ངེས་པར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པས་མ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བྱེད་  
 པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལམ་བདེན་ཡིན་པ་གང་ཞིག་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་  
 རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། འོ་ན།  
 རྣམ་མཁྱེན་ཚེས་ཅན། ལམ་བདེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
 ཡིན་ལ་དེ་ཡང་གར་རྒྱལ་བ་གཉིས་པ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱོང་ལས། གཞན་ཡང་  
 སངས་རྒྱལ་གྱི་འདུས་བྲས་ཀྱི་རྟོགས་པ་དེ་དག་ལམ་མིན་ན་བདེན་པ་བཞི་གང་དུ་བཞག་བདེན་པ་བཞི་གང་  
 ཡང་མིན་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡོད་པ་འདི་ནི་ཐོ་གྲོས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་བྱེད་མིན་པ་  
 སུ་ཞིག་གིས་རྟོག་ཅེས། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཚེས་ཅན།  
 ལམ་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན་གོང་གི་ཉགས་དང་པོ་གྲུབ་པར་  
 ཐལ། གྲུབ་པ་འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཚེས་ཅན། བྱིད་ལམ་བདེན་ཡིན་ལ་རང་གི་  
 བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་མ་ཡིན་པའི་  
 ལམ་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལམ་བདེན་ཡིན་པ་བསྐྱབས་ཟིན་པ་  
 དེ་ལྟར་ཡིན་པ་གང་ཞིག་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་  
 པའི་མངོན་རྟོགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཚེས་ཅན། བྱིད་  
 དེ་འདྲའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་  
 མཁྱེན་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་འཕྲོ་བ་བྱེད་ཀྱི་འགོག་བདེན་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་

པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་དེ་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་  
 བདེན་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།  
 འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་དེ་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་མ་ཡིན་ལ། རང་གི་བྲལ་འབྲས་  
 འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པར་  
 ཐལ། ཡོད་པ་འདོད་ལགས། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་རྩོ་བོ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་དང་རྣམ་མཁྱེན་  
 ལས་ལྷག་པའི་འཛོལ་བྱ་ཅི་ཡང་མེད་པ་དང་རྣམ་མཁྱེན་རང་ཉིད་ཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་  
 པ་དང་རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་སྤང་བའི་གཉེན་པོ་མི་བྱེད་པས་རྣམ་མཁྱེན་དེ་རང་གི་བྲལ་འབྲས་  
 འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་མ་ཡིན་ལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱིས་སྤང་བྱ་སྤོང་བ་དང་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་  
 རྩོ་བོ་གོང་འཕེལ་དུ་འགྲོ་བ་སོགས་མེད་ཀྱང་རྣམ་མཁྱེན་ལ་སྤང་བྱ་སྤོང་པའི་རྣམ་པ་མཐའ་  
 དག་མངའ་བ་དང་འགོག་བདེན་མཐའ་དག་འཛོལ་པར་བྱེད་པའི་མཐུ་ཐོགས་པ་མེད་པ་ཡོངས་  
 སུ་རྫོགས་པས་རྣམ་མཁྱེན་དེ་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། རང་གི་བྲལ་འབྲས་  
 འགོག་བདེན་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལམ་བདེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལ་ལམ་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་བཞི་པོ་གང་ཡང་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར། མ་ཆང་བ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཆང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལ་ལམ་བདེན་གྱི་བྱུང་ཆོས་བཞི་པོ་གང་  
 ཡང་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་ལྡན་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལ་ལམ་བདེན་གྱི་བྱུང་  
 ཆོས་ལམ་མི་ཆང་བ་གང་ཞིག་ལྷག་མ་རྣམས་ཡང་མི་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་སྤྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་མི་  
 ཆང་བར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ལ་ལམ་བདེན་གྱི་བྱུང་ཆོས་ངེས་འབྱེན་མི་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མི་ཆང་བར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་ངེས་འབྱེན་གྱི་རྣམ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།

༡༣༥ བྱུང་དང་ལམ་བདེན་གྱི་གཞི་མཐུན་མེད་ན། བྱུང་གི་སྤོང་གི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་མ་

ན་པས་ཁྱབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་མ་ཁྱབ་པའི་སྒྲིན་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱུག་  
 སྤུལ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ལམ་བདེན་གྱི་གཞི་མཐུན་མེད་ན། ཁྱོད་གྱི་  
 ང་གི་རྣམ་པ་བཞི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པའི་སྒྲིན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 རྟག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ལམ་བདེན་གྱི་གཞི་མཐུན་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
 འི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་ལམ་བདེན་གཉིས་  
 གལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་མ་  
 རྟགས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། སྤྱུག་བསྤུལ་  
 དེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་  
 རྟགས་ཐལ། ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཟག་བཅས་ཡིན་ན་སྤྱུག་  
 སྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། ཟག་བཅས་ཡིན་ན་  
 ག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་མཆོན་ཉིད་པ་ཡིན་ན་སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་  
 རྟགས་ཁྱབ་པས་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་མཆོན་ཉིད་པ་གང་ཡིན་  
 མས་ཅད་སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་  
 ལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་སྤྱིང་བ་ལས།  
 རྟོར་ན་ཟག་བཅས་མཆོན་ཉིད་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ཐམས་ཅད་སྤྱུག་བདེན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། ཟག་བཅས་མཆོན་ཉིད་པ་གང་ཡིན་ཐམས་ཅད་  
 ག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཟག་བཅས་མཆོན་ཉིད་པ་  
 ར་ན་སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན།  
 ག་བཅས་ཡིན་ན་སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 ས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། སྤྱུག་བསྤུལ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱུག་

བསྐྱེད་པ་དེ་ན་པ་མིན་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། མོས་  
 པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་  
 པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྒྲེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་དེ་  
 མཆོན་ཉིད་དེ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མཆོན་བྱ་དེ་གཉིས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་  
 པོ་དེར་ཐལ། ཟག་བཅས་གང་ཞིག་རྒྱ་འབྲས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན། རྟག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མོས་པ་སྒྲོམ་ལམ་ཆོས་ཅན། རྟག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ཆོས་ཅན། རྟག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལམ་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེས་  
 ན་ལམ་བདེན་ཡིན་ན། རྟག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་བྱུང་  
 པར་ཐལ། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ལམ་བདེན་ཡིན་ན། རྟག་བསྐྱེད་པ་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ལམ་བདེན་དང་རྟག་བདེན་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་འགལ་བ་དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཆེན་  
 པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་  
 བཤད་གསེར་གྱི་སྤྲེང་བ་ལས། རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ལམ་བདེན་ནི་རྟག་བདེན་དང་མི་འགལ་ལོ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་བྱ་སྒྲོན་གྱི་ལུགས་བཀོད་པ་ཙམ་ཡིན། འོ་  
 ན། དེ་འདྲའི་ལུང་དེ་བྱ་སྒྲོན་གྱི་ལུགས་བཀོད་པ་ཙམ་ཡིན་ཟེར་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 གཞན་ཡང་། ཅ་བ་ནས། ཁྱོད་དང་ལམ་བདེན་གྱི་གཞི་མཐུན་མེད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤྲེང་གི་རྣམ་པ་བཞི་  
 མི་འགལ་བས་མ་བྱུང་པའི་སྒྲོན་ལ་རྟག་བསྐྱེད་པ་དེ་འཛོག་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མི་རིགས་པར་ཐལ། རྟག་བསྐྱེད་པ་དེ་སྤྲེང་གི་རྣམ་པ་བཞི་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། འོ་ན། རྟག་བདེན་གྱི་རྣམ་པ་དང་པོ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཐུ་མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་

ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཟག་བཅས་ཉེར་ལེན་གྱི་ཕུང་པོ་ཆོས་ཅན། ལྷག་བདེན་གྱི་ནམ་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལྷག་བདེན་གྱི་ནམ་པ་དང་པོ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**

༡༩༥ འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞེད་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་འདྲའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞེད་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞེད་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པའོ། ཞེས་པའི་ཆོག་སྐྱ་མ་ངོས་བབྱང་ནས་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་བཞེད་པ་དང་། ཡང་འགོག་བདེན་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་པར་བཞེད་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་ཞེས་སོགས་དེའི་ཆོག་སྐྱ་མ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་ས་བཅད་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **བདེན་བཞི་སོ་སོའི་ངོ་བོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞེད་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པའོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་དེ་སྐྱ་ངེ་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འོ་ན། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་བཞེད་པ་དང་། འགོག་བདེན་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་པར་བཞེད་པ་མི་འཐད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་བཞེད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་བཞེད་པ་འཐད་པར་ཐལ། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འཇམ་མགོན་ལྷ་མ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་འཇུག་པའི་ནམ་བཤད་དགོངས་པ་རབ་

གསལ་ལས། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་འདོད་པ་ནི་མཐའ་མ་ཆོད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 གྱིར། བྱུང་པ་མ་གྱུར། དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དབང་  
 དུ་བྱས་པ་ལས་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་འདིར་དེ་ལྟར་མི་འདོད་དོ། འོ་ན། འགོག་བདེན་དོན་  
 དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་དེ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཞེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་ལ་དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པ་དང་  
 ཐལ་འགྱུར་པ་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྱུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་  
 མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་སྤྲུལ་པའི་ཉི་མ་དགེ་ལེགས་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྱུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མའི་རྫོང་ཐུན་  
 གླལ་བཟང་མིག་འབྱེད་ལས། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་ནི་ཐལ་འགྱུར་པའི་བྱུང་ཆོས་  
 མ་ཡིན་གྱི་དབུ་མ་ཐལ་རང་གང་གི་ལྷགས་ལའང་བྱུང་མེད་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར། **གསུངས་**  
**པའི་གྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པ་ལ་དབུ་མ་ཐལ་  
 རང་གཉིས་ལ་བྱུང་པར་མེད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། འགོག་བདེན་དོན་དམ་  
 བདེན་པར་འདོད་པ་ཐལ་འགྱུར་པའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དབུ་མ་རང་རྒྱུད་པའི་ལྷགས་འདིར་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྱུབ།** འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྱུབ།** འཁོར་  
 གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་གྱིར། **རྟགས་མ་གྱུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། ཁ་ཅིག་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་  
 པར་བཞེད་པ་དང་། ཡང་འགོག་བདེན་ལ་བདེན་པ་གཉིས་ཀའི་ཆ་ཡོད་པར་བཞེད་པ་སོགས་ཡོད་ཀྱང་  
 འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་བཞེད་པ་ནམ་བཤད་ཀྱི་དགོངས་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱིར།

གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་བདེན་པར་འདོད་པ་ནམ་  
 བཤད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འགོག་བདེན་ཀུན་རྫོབ་  
 བདེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། འགོག་བདེན་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་  
 བདེན་པ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འགོག་བདེན་དང་དོན་དམ་  
 བདེན་པ་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འགོག་བདེན་དང་དེ་བཞིན་  
 ཉིད་གཉིས་ཀྱང་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་ན། འགོག་  
 བདེན་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་  
 ཆོས་ཅན། འགོག་བདེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་དང་ཁྱོད་ཀྱི་  
 རྟེན་དུ་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་བ་གཞི་ཆ་གཉིས་ཀ་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་། དེའི་རྟེན་དུ་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་བ་གཞི་ཆ་གཉིས་ཀ་འགོག་  
 བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྗེ་ཐམས་ཅད་མཆོད་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤེང་ལས། དཔེར་ན།  
 བུམ་པས་དག་པའི་ས་ཕྱོགས་དང་དེའི་རྟེན་དུ་བུམ་པ་བཀག་ཆ་གཉིས་ཀ་བུམ་མེད་ཡིན་པ་ལྟར་འཕགས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་དེའི་རྟེན་དུ་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་བ་གཞི་ཆ་གཉིས་ཀ་འང་འགོག་བདེན་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ནི་འདས་ལམ་གྱིས་སྤང་བྱ་སྤངས་པའི་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་པས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་དང་དེའི་རྟེན་དུ་ལམ་གྱི་  
 སྤང་བྱ་བ་གཞི་ཆ་གཉིས་ཀ་འགོག་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འཕགས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཆོས་ཅན། འགོག་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འཕགས་  
 རྒྱུད་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཆོས་ཅན། འགོག་བདེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་  
 བྱུང་། མ་བྱབ་ན། ཚར། འོ་ན། འགོག་བདེན་དང་དེ་བཞིན་ཉིད་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཚར། འགོག་བདེན་དང་དོན་དམ་བདེན་པ་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཚར། འཁོར་གསུམ། འགོག་བདེན་དང་དོན་དམ་བདེན་པ་འགལ་བར་ཐལ།



འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་མི་བཞེད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་བྱིར།

༡༩༥། སྤྱུག་བསྐལ་བདེན་པ་སོགས་བཞིའི་རོ་བོ་ཡོད་པའི་བྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སོ་སོའི་རོ་བོ་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་བཞིའི་གྲངས་ངེས་པ། ཁོ་རིམ་ངེས་པ། སྒྲ་དོན། རྣམ་གྲངས་བརྒྱ་དུག་བཤད་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། བདེན་བཞིའི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁོང་དུ་དྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་ཆོག་དེའི་དོན་འགྲེལ་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སོ་སོའི་རོ་བོ་བཤད་པ་ལ་བཞི་ཡོད་ཀྱང་བཞི་པོ་ནི་སྤྱུག་བསྐལ་བདེན་པ་སོགས་བཞིའི་རོ་བོ་དེ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱུག་བསྐལ་བདེན་པ་སོགས་བཞིའི་རོ་བོ་ལས་ལམ་བདེན་གྱི་རོ་བོ་ཞིག་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་འཕྲོ་བ་བྱ་འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱུར་གྱུར་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བྱང་བདེན་པ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ལམ་བདེན་གྱི་རོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་གཉིས་ལ་ཁྲབ་པ་སྒྲོ་བརྒྱུད་ངེས་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། འོ་ན། དེ་གཉིས་མཚན་མཚོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལམ་བདེན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཅིག་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ལམ་བདེན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་གཉིས་ལ་མཚན་མཚོན་གྱི་ཁྲབ་པ་སྒྲོ་བརྒྱུད་ངེས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་

ལགས། འདྲི་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཡོད་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འདྲི་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཡོད་པས་ཁྱབ་  
 པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་  
 བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ལམ་བདེན་ཡིན་ན་རང་གི་  
 བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་པས་ཡང་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་  
 ན། འཁོར་གསུམ། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ལམ་ཡིན་ན། ཁྱོད་  
 རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་  
 བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མ་སྤངས་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འདྲི་ན། མ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་  
 སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མ་སྤངས་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། དེ་མ་སྤངས་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལམ་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་ཁས། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཕྱེད་བ་ལས། གཞན་  
 ཡང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་འདུས་བྲས་ཀྱི་རྟོགས་པ་དེ་ལམ་མིན་ན་བདེན་པ་བཞི་གང་དུ་བཞག་ བདེན་པ་བཞི་  
 གང་ཡང་མིན་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་ཡོད་པ་འདི་ནི་ཐོ་གྲོས་ནམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་བྱིད་ལས་  
 གཞན་སུ་ཞིག་གིས་རྟོལ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། མ་མཁྱེན་ཆོས་  
 ཅན། ལམ་བདེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ཆར། ཁྱོད་རྒྱུད་ལ་ལྡན་པའི་གང་ཟག་  
 གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མ་

སྤང་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་སྤང་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་  
བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་སུ་  
གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་རང་  
གི་བྲལ་འབྲས་སུ་གྱུར་པའི་འགོག་བདེན་གྱི་བྲལ་རྒྱ་ཡིན་མིན་ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་  
བྱེད་ཡིན་མིན་ལ་བཤད་དགོས་པ་ལས་རྒྱ་འབྲས་ཡིན་མིན་ལ་བཤད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པའི་ཕྱིར།  
འོ་ན། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་ཀྱི་བྲལ་རྒྱ་ཡིན་ན། ཁྱོད་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདྲོད་  
ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་ན། ཁྱོད་རྒྱུད་ལ་  
ལྷན་པའི་གང་ཟག་གིས་ཁྱོད་ཀྱི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་  
བོ་མ་སྤངས་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཁྱོད་རང་གི་བྲལ་  
འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཡིན་ན། གཉེན་པོ་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དགོས་ན། རྣམ་  
མཁྱེན་ཆོས་ཅན། གཉེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་གཉེན་པོ་  
ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་གཉེན་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྐབས་བཞི་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སར་ཡང་  
མེད་དེ། སྤང་ཕུའི་གཉེན་པོ་སྒྲོན་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥༥ བདེན་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
མ་གྲུབ། བདེན་བཞིའི་གུངས་ངེས་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་རྣམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
གོ་རིམ་ངེས་པ། མོ་མོའི་ངོ་བོ། སྤྱོད་ན། རྣམ་གུངས་བརྩུ་དུག་བཤད་པ་སྟེ་བཞི་པོ་ཆོས་

ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མོང་དུ་བྱངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དོན་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། སྤྱིར་མདོ་ལས་བདེན་པ་བཞི་གསུངས་པ་དེ་འཁོར་བར་འཇུག་ཚྭ་གི་རིམ་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་གང་ཞིག དེ་ཡང་འཁོར་བ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་གསུངས། ཚྭ་གི་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་བདེན་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་གསུངས།  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འཁོར་བ་ལ་འཇུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་དང་པོ་  
 གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་ཀྱི་  
 དོན་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་  
 ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ། སྤྱུག་བསྐལ་བདེན་པའི་དོན་དང་། ཟག་བཅས་རྒྱ་དུས་  
 ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ། ཀུན་  
 འབྱུང་བདེན་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སྤྱུག་  
 བདེན་ཡིན་ན། ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་  
 པ་མོགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་ཉོན་  
 མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡོད་ན། སྤྱུག་བདེན་ཡོད་པས་ཁྲབ། དེ་མེད་ན། སྤྱུག་བདེན་མེད་པས་  
 ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། རྣམ་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་  
 ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྤྱུག་བདེན་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་  
 པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ཉོན་སྤྱི་བ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་པཌ་ཆེན་བཅོད་ནམས་གཤམ་པ་དཔལ་  
 རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤྱེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དབང་བཅོམ་པ་དེའི་  
 རྒྱུད་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེས་ཉོན་སྤྱི་བ་ཟད་པར་སྤངས་པའི་

གྱེར། ཞེས་གསུངས་པའི་གྱེར། གསུངས་པའི་གྱེར། འོ་ན། ཁྱོད་ཉོན་ཆོས་ཟད་པར་སྤངས་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། དེ་འདྲའི་དག་བཅོམ་པོ་དེའི་རྒྱུད་ལ། རྟུག་བདེན་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 གྱེར། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་པའི་གྱེར། བྱུང་པ་མ་  
 བྱུང་། འོ་ན། དེ་གཉིས་ལ་ཡོད་བྱུང་མཉམ་མ་ངེས་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར།  
 གཞན་ཡང་། དེ་གཉིས་ལ་ཡིན་བྱུང་མཉམ་ཡང་མ་ངེས་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ངེས་པར་  
 ཐལ། ཟག་བཅས་འབྲས་དུས་ཀྱི་ཆར་གྱུར་པའི་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་ལ། རྟུག་  
 བསྐྱེད་བདེན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱོད་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྟུག་བཅས་སྤང་  
 འདས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟུག་  
 བདེན་གང་ཞིག་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དག་བཅོམ་པ་ཡིན་པའི་གྱེར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དག་  
 བཅོམ་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྟོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མེད་པས་བྱུང་པའི་གྱེར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན་ཉོན་ཆོས་ཟད་པར་སྤངས་པས་བྱུང་པའི་གྱེར། ཉགས་བྱུང་ཁས།  
 འདྲོད་ན། ཅ་བ་ནས། ཁྱོད་ཀྱིས་བཞག་པའི་རྟུག་བདེན་གྱི་དོན་དེ་དང་རྟུག་བདེན་གཉིས་ལ་ཡིན་བྱུང་  
 མཉམ་ཡང་མ་ངེས་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། རྟུག་བདེན་གྱི་དོན་བྱུང་པ་  
 ཡོད་ངེས་ཤིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། རང་རྒྱུ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་ལས་  
 བྱུང་བའི་འཁོར་བས་བསྐྱེད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་གཉིས་ལ་བྱུང་པ་སྒྲོ་བརྒྱུད་ངེས་པར་  
 ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། ངེས་ཚུལ་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ངེས་པར་ཐལ། དེ་དེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་གྱེར། འོ་ན། དེ་རྟུག་བདེན་གྱི་མཆན་ཉིད་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ན་རྟུག་བདེན་དང་ཀུན་འབྱུང་བདེན་  
 པ་གཉིས་རྟོགས་པ་ཕན་ཚུན་བདེན་པར་ཐལ་བའི་སྒྲོན་ཡོད་པའི་གྱེར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་

ཐལ། རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པའི་མཚན་  
 ཉིད་དུ་འདོད་པ་གང་ཞིག དེ་ལྟར་ན་དེ་གཉིས་ཉོགས་པ་ཕན་ཚན་བདེན་པར་ཐལ་བའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེར་ཐལ། ཀུན་འབྱུང་ཉོགས་ན་སྟུག་བདེན་ཉོགས་པས་བྱུང་། སྟུག་བདེན་ཉོགས་ན་ཀུན་  
 འབྱུང་ཉོགས་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། ཀུན་འབྱུང་ཉོགས་ན་སྟུག་  
 བདེན་ཉོགས་པས་བྱུང་པ་གང་ཞིག གཅིག་ཤོས་ལ་ཡང་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་དང་པོ་མ་གྲུབ།  
 འོ་ན། ཀུན་འབྱུང་ཉོགས་ན་སྟུག་བདེན་ཉོགས་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་བྱུང་  
 པར་ཐལ། ཀུན་འབྱུང་ཉོགས་ན་རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་  
 པ་ཉོགས་དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་ཉོགས་ན་སྟུག་བདེན་ཉོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་དགོས་པར་ཐལ། རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་འཁོར་བས་བསྐྱུས་པ་ཉོགས་  
 ན་རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཉོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ།  
 རང་འབྲས་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཉོགས་ན་སྟུག་བསྐལ་བདེན་པ་ཉོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དགོས་པར་ཐལ། རང་འབྲས་དུ་བཙོགས་ན་དུ་བཙོགས་དགོས་པ་གང་ཞིག རིགས་པ་  
 རྣམ་པ་ཀུན་ཏུ་མཚུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༤༥ འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་དང་། འཁོར་  
 བ་ལས་ཚྭ་ག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་  
 གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
 དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དེ་  
 སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་དེ་སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་  
 སྦྱོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བདེན་པ་བཞིའི་གངས་ངེས་པ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་བཞི་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་བཞི་

པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གོ་རིམ་ངེས་པ། སོ་སོའི་  
 རོ་བོ། སྒྲ་དོན། རྣམ་གྲངས་བརྒྱ་དྲུག་བཤད་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ས་བཅད་དེ་ལྡ་པོ་རྩ་བའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་བདེན་བཞིའི་མཐའ་དབྱུད་པ། ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་རྩ་བ་ནས་འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 རྣམ་བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་དང་། འཁོར་བ་ལས་ལྗོག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་  
 བྱི་མ་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་ཟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་  
 བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་། འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐལ་བདེན་  
 པ་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། རིགས་ངེས་བྱང་  
 སེམས་འཕགས་པ་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བར་འཇུག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྗེ་དང་སྒྲོན་ལམ་གྱིས་འཁོར་  
 བར་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ལས་ལ་གསོས་བཏབ་ནས་འཁོར་བར་སྦྱེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
 རན། དེ་འདྲའི་བྱང་སེམས་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འཁོར་བར་འཇུག་པ་དེའི་ཆེ་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་  
 བདེན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་འཁོར་བར་འཇུག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་  
 བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀྱན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐལ་བདེན་  
 པ་གཉིས་སུ་གྲངས་ངེས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྩ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེ་  
 མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་འཐད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་  
 གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མཇུག་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། འཁོར་བར་འཇུག་ལྗོག་གི་རིམ་པའི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས་སྒྲོན་པས་བདེན་པ་བཞི་བཀའ་བསྐུལ་བ་གང་ཞིག་ འཁོར་བར་འཇུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་  
 དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་དང་པོ་གཉིས་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། མ་  
 བྱབ་ན། དེ་འདྲའི་ཡུང་ཆོས་ཅན། སྤྱི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་མི་རུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་

ན། ལུང་དེའི་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལུང་དེའི་དོན། འཁོར་  
 བ་མཚན་ཉིད་པར་འདུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་  
 བུ་སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འཁོར་  
 བ་མཚན་ཉིད་པར་འདུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟུག་  
 བསྐྱེལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཀྱང་། སྤྱིར་འཁོར་བར་འདུག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་  
 ན་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་ཟེར་རྒྱ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་རྩར་མི་འཐད་པ་དེ་  
 ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གཤམ་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཚོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སློན་མེ་ལས། སྤྱིར་འཁོར་བར་འདུག་ཞེས་ཀི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་སློན་པས་བདེན་པ་བཞི་  
 བཀའ་བསྐྱེལ་པ་གང་ཞིག་ ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། གོང་དུ་  
 འཁོར་བ་མཚན་ཉིད་པར་འདུག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀུན་འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེལ་  
 བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་ངེས་ཀྱང་། སྤྱིར་འཁོར་བར་འདུག་པའི་རིམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་རྒྱ་ཀུན་  
 འབྱུང་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་སྟུག་བསྐྱེལ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་ཟེར་རྒྱ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། གཞན་ཡང་། ཁྱིད་ཀྱིས་རྩ་བ་ནས་འཁོར་བ་ལས་ཞེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་  
 ན་རྒྱ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་དང་འབྲས་བུ་འགོག་པའི་བདེན་པ་གཉིས་གངས་ངེས་ཟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཁོར་བ་ལས་ཞེས་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན། རྒྱ་ལམ་གྱི་བདེན་པ་ཡིན་  
 པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྤྱོད་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་  
 ཆེན་ཆོགས་ལམ་དང་སྤྱོད་ལམ་སོགས་ཀྱིས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ངེས་པར་  
 ཐལ། དམན་ལམ་སྤྱོད་དུ་མ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་དང་སྤྱོད་ལམ་སོགས་འཁོར་བ་ལས་ཞེས་  
 པའི་རྒྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མ་ཡིན་ན། དམན་ལམ་སྤྱོད་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་ཤེམས་  
 ཆོགས་ལམ་པ་དང་སྤྱོད་ལམ་པའི་རྒྱ་ལ་འཁོར་བ་ལས་ཞེས་པའི་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།



འདྲོད་ན། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་དང་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐར་  
 པ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་མེད་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་  
 ཚོགས་ལམ་པ་དང་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐར་པ་འཐོབ་པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིད་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།**  
 འདྲོད་ན། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་དང་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་འཁོར་  
 བ་ལས་ཐོག་པའི་རྒྱ་ཡིད་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིད་པར་ཐལ། དེ་དག་གི་རྒྱུད་ལ་ཐར་པ་ཐོབ་  
 པར་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཡིད་པའི་ཕྱིར། **ཡོད་པའི་ཕྱིར།** ཡོད་ན། འཁོར་བ་ལས་ཐོག་པའི་རྒྱ་ཡིན་ན།  
 ལམ་བདེན་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་མ་  
 སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་དང་སྦྱོར་ལམ་གཉིས་ལམ་བདེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་ཕྱི་མ་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་  
 འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྲལ་པ་མ་བྱུང་།** དེ་བྲལ་པར་ཐལ། དེ་དེའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། རང་གི་  
 བྲལ་འབྲས་འགོག་བདེན་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་འཕགས་པའི་མངོན་རྟོགས། ལམ་བདེན་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད། ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། དམན་ལམ་སྡོན་དུ་  
 མ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་དང་སྦྱོར་ལམ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ལམ་བདེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
**འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། འཁོར་བ་ལས་ཐོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་འགོག་བདེན་དང་ལམ་བདེན་  
 གཉིས་སུ་གངས་མ་ངེས་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་ངེས་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་ངེས་པ་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྦྱོད་ཡུམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། འཁོར་བ་ལས་ཐོག་པའི་རྒྱ་འབྲས་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ནས་བདེན་པ་ཕྱི་མ་གཉིས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། འཁོར་བ་ལས་

ཐོག་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་དེ་བཞི་གངས་ངེས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༥༥ དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
 གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དེ་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་  
 མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དེ་མཚན་  
 ཉིད་དེ་གང་ཞིག་མཚོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་གཟུགས་ཕུང་  
 དེ་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེའི་ཐད་  
 ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་ལུགས་དགག་  
 པར། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་  
 བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་  
 ས་བཅད་གཅིག་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་ལུགས་བཞག་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཙུ་བའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། གཉིས་པ་བདེན་བཞིའི་མཐའ་དཔྱད་པ་ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཙུ་བ་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་ཀྱི་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཆོར་ཟུར་གྱི་དེ་སྒྲ་འཇུག་  
 པའི་འཇུག་གཞི་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷག་བཅས་མུང་  
 འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པ་དང་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་ཕུང་གཉིས་ཆོས་ཅན།  
 དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་སྒྲ་འཇུག་པའི་འཇུག་གཞི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལྷག་  
 བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་དངོས་ཀྱི་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་ཕུང་  
 གི་དངོས་ཀྱི་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་ཕུང་གི་དངོས་ཀྱི་ཡིན་ན། ལྷག་བཅས་མུང་  
 འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་དངོས་ཀྱི་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་

ལགས། འདྲོད་ན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་སྒྲིབ་  
 ཆོས་ཅན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་དེའི་ཕན་འདོགས་  
 གྱུད་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། གང་ཟག་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞིག་གི་དངོས་རྒྱུ་  
 ཡིན་ན། གང་ཟག་དེའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་དང་། གང་ཟག་དེའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་ན། གང་ཟག་  
 དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་པ་དེའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་གཉིས་ཀ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་  
 ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་དང་  
 དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་  
 ན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་སྒྲིབ་ཆོས་ཅན།  
 ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཐེག་  
 ཆེན་མཐོང་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་སྒྲིབ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཤེས་སྒྲིབ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་ཕན་འདོགས་གྱུད་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མ་ཡིན་ན། ཆར།  
 དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
 ཀྱི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་ཟེར་བའི་དོན་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མ་ཡིན་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་པའི་དངོས་རྒྱུ་དོན་གཅིག་པའི་དོན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ལྷག་

བཅས་དག་བཙུམ་པ་ཁོ་རང་གི་སྐྱེ་བ་འཕེན་པའི་སྐབས་སུ་ཁོ་རང་ལྷག་བཅས་དག་བཙུམ་  
 པ་མ་ཡིན། ལྷག་བཅས་དག་བཙུམ་པ་སྐྱེ་བ་འཕེན་པའི་སྐབས་སུ་དེའི་གཟུགས་སྤང་འཕེན་  
 བྱེད་ཀྱི་སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་དང་། དེ་ལས་གཞན་དུ་ལྷག་བཅས་དག་བཙུམ་པ་ཁོ་རང་  
 འཕེན་བྱེད་ཀྱི་སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་མེད། དེར་བརྟེན་ལྷག་བཅས་དག་བཙུམ་པ་དང་།  
 དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་སྤང་གཉིས་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་སྲིད་ལེན་སྲིད་པ་གསུམ་གཅིག་པ་ལ་དགོངས་  
 པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་ལྷག་བཅས་སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙུམ་  
 པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་སྤང་གི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་དང་། དེ་ཡིན་ན། ལྷག་  
 བཅས་སྤང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་ཐོས་དག་བཙུམ་པའི་དངོས་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་གཉིས་ཀྱི་ཡོད་ཟེར་  
 བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། བྱབ་པ་དེ་གཉིས་མེད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་ལྟར་ཡོད་ན་སྒྲིན་འདི་འབྱུང་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར།



## ༡༡། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སྐབས་གསུམ་ སྐོར་གྱི་ཐལ་ཕྱེང་།

༡༡། ༡༥ རྩ་མ་ཁ་ཅིག་ ཅ་ཤེས་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྐོར་གང་ཞིག་ བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་  
རྩུན་ཞེས་བྱ། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱེད་པའི་ཆོས། དེས་ན་དེ་དག་རྩུན་པ་ཡིན། ཞེས་པའི་གཞུང་  
འདི་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
པའི་སྤྱོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདི་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་  
འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་གསུམ་གྱི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལུགས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
གྲུབ། ཉན་ཐོས་ལྷེ་པའི་ལུགས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་  
ཤེས་ལས། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་སྐོར་གང་ཞིག་ ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་འདིའི་དོན་འགྲེལ་ཚུལ་  
ལ། རྩ་མ་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྩ་མ་ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
གྲུབ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་ཀྱི་སྐབས་དང་། དོན་དམ་པའི་སྐབས་  
ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྐྱེ་བ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
རྒྱུད་མའི་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་དོན་དུ་འཆད་པ་མི་འཐད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
ཉིད་རྒྱུད་མའི་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་དོན་དུ་འཆད་པ་མི་འཐད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་རྒྱུད་མའི་  
འགྲེལ་ཆེན་གྱི་དོན་དུ་འཆད་པ་མི་འཐད་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འགྲེལ་པ་དེ་ནས་  
བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དང་སྐབས་འདིར་ཅ་ཤེས་གསུངས་པའི་འདུས་བྱས་གཉིས་དོན་མི་

གཅིག་པས་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འགྲེལ་པ་དེ་ནས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དང་ཙུ་ཤེར་གསུངས་  
 པའི་འདུས་བྱས་གཉིས་དོན་མི་གཅིག་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་གཅིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འགྲེལ་  
 པ་དེ་ནས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དང་། ཙུ་ཤེར་གསུངས་པའི་འདུས་བྱས་གཉིས་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ། ལྷ་མ་ལས་ཉོན་གྱི་འདུས་བྱས་དང་། ཕྱི་མ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱི་**  
**འདུས་བྱས་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་  
 རྒྱབས་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ མི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **མི་འགལ་བ་མ་ཡིན་**  
**པ་ནགས་མ་གྲུབ།** དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱབས་གཉིས་ཆོས་ཅན། མི་འགལ་བ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
**ནགས་མ་གྲུབ།** དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱབས་གཉིས་ཆོས་ཅན། འགལ་བ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ཁྱོད་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་  
 ཉིད་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་དང་། དངོས་  
 པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་།** དེ་  
 བྱབ་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་དང་། དངོས་པོའི་གནས་  
 ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱབས་  
 གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྷ་མ་ཡིན་པ་དེས་ཡང་པཥ་  
 ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
**དགོངས་པ་ཡིན་པ་ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངའ་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ལས། དེ་ན་རྒྱབས་གཉིས་ཀྱི་ངོ་བོ་བཞག་ཏུ་ཡོད་དེ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་  
 བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་དེ་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་ཀྱི་ངོ་བོ། དེ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་དེ་ཀུན་  
 རྫོབ་པའི་རྒྱབས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་  
 བ་ཆར། འོ་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་དང་། དངོས་པོའི་གནས་  
 ཆོད་ལ་བགྱོད་པ་མཐར་མ་བྱུག་པའི་རྒྱབས་གཉིས་རེ་རེ་ནས་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱབས་

གཉིས་ཀྱི་ངོ་པོར་འཛོག་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་  
 བཟོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐྱབས་དང་། དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་བཟོད་པ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐྱབས་  
 གཉིས་འགལ་ན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་འགལ་བས་བྱབ་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་འགལ་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་དང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་  
 གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་ཚོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་  
 དང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པ་གང་ཞིག ཀུན་  
 རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་ཚོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་  
 པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་  
 ཚོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱ་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། ཀུན་རྫོབ་  
 པའི་སྐྱབས་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་དང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱ་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་དོན་མི་གཅིག་པར་  
 ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་གཅིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་དང་  
 ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱ་ཞེས་པའི་ཀུན་རྫོབ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ལྷ་  
 མ་དང་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལམ་གྱི་བཟོད་པ་མཐར་མ་ཐུག་པ་ལ་བྱེད། ཕྱི་མ་གདུལ་  
 བྱ་ལ་དངོས་སུ་སྤང་བ་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཞེས་པའི་  
 དོན་དམ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱ་ཞེས་པའི་དོན་དམ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། ལྷ་མ་དངོས་པོའི་གནས་ཚུལ་ལམ་གྱི་བཟོད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ལ་བྱེད། ཕྱི་མ་  
 གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་མི་སྤང་བ་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ དེ་ལ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་ལྷར་གྱི་བྱང་ལེམས་  
 ཀྱི་རིགས་རྒྱུན་ཡིན་པས་སྐྱ་གཉིས་སྐྱལ་བདེན་པར་འདྲོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ལར་ཕྱིན་ཕྱི་དོན་དུ་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་



ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་བཤད་པའི་སྐབས་  
 ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་གཞུང་དོན་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སྤར་གྱི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་དང་སྤྱད་  
 བསྐྱེད་པ་ལྟར་པ་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་འདོད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས།  
 གཞུང་དེའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་ལ། གཟུགས་  
 སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་ལ་སྐྱེས་སྐྱེ་ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ཆོས་ཅན། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་  
 ལུགས་ལ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ཉན་ཐོས་  
 སྡེ་པའི་ལུགས་ལ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟེན་གྲུབ་པའི་  
 ལུགས་ལ་དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདུལ་བ་ལུང་ལས།  
 བརྩན་པ་སངས་རྒྱས་གངས་སུ་བསྐྱང་སྟེ་བཞུགས་པར་རུང་ངམ་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྟེན་གྲུབ་པའི་ལུགས་ལ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་སངས་རྒྱས་དཀོན་  
 མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་  
 སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་སུམ། དེ་གཟུགས་སྐྱ་  
 གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱེས་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མཆོག་གི་སྐྱེས་སྐྱེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 བདག་ཅག་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་སྐྱ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་བྱུང་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཟུགས་སྐྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་སུམ། རྩལ་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འབྱུང་པ་པཎ་ཆེན་བཅོམ་ཞུགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྟེ་དཔལ་བཟང་

བོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ཕར་  
 ཕྱིན་སྐྱོདོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ལས། དེ་ལ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་  
 མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་གོང་དུ་བྲངས་ཟིན་པ་དེ་ལྟར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། གཟུགས་  
 སྐྱ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན་བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟེན་བྲངས་པའི་འདུལ་བ་ལུང་གི་གཞུང་དོན་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་།  
 ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྟེན་བྲངས་པའི་འདུལ་བ་ལུང་ལས་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ཤུག་ཐུབ་པ་སངས་  
 རྒྱས་ཡིན་པར་བརྟན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། ལུང་དེས་དེ་ལྟར་བརྟན་ཀྱང་། ལུང་དེ་  
 ཞི་འཇིག་རྟེན་ན་གྲགས་ཆོད་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་པ་དང་། སངས་རྒྱས་བཀྲགས་པ་བ་ལ་དགོངས་  
 པ་ཡིན་གྱི། གསེར་ཕྱེང་ལས། བྱེ་སྐྱའི་ལུགས་ཀྱིས་ནི་སངས་རྒྱས་དང་དགེ་འདུན་གཉིས་  
 ཀའི་རྟེན་ལུས་ནི་སྐྱ་ག་བདེན་ཡིན་པས་སངས་རྒྱས་དང་དགེ་འདུན་མིན་ལ། ཞེས་སྐྱ་ག་བདེན་  
 ཡིན་ན་སངས་རྒྱས་དང་དགེ་འདུན་མིན་པས་ཁྱབ་པར་གསུངས་པས་འདི་ལས་གཞན་དུ་གཡོ་  
 བ་མེད་དོ་ཞེས་དཔལ་ལྷན་ཆོས་རྗེས་ཕར་ཕྱིན་སྐྱི་མཆན་དུ་གསུངས་པ་ལྟར་ཁས་ལེན་རིགས་  
 པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། བྱེ་བྲག་སྐྱ་པའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་སྐྱ་ག་བདེན་  
 ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་འདོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱེ་བྲག་སྐྱ་པའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྐྱ་  
 གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་སྐྱ་ག་བདེན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་མི་འདོད་པའི་ཕྱིར། མི་འདོད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མི་འདོད་པར་ཐལ། བྱེ་སྐྱའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། བྱེ་སྐྱའི་ལུགས་ལ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་  
 ཤུག་ཐུབ་པ་ལྟ་བུ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་གང་ཞིག་དེ་ལས་གཞན་པའི་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་  
 པོ་གང་རུང་ཡིན་པ་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྐྱ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། བྱེ་  
 སྐྱའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། མི་ལེན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་ལེན་

པར་ཐལ། རྩེ་སྤྲིའི་ལུགས་ལ་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུའི་ཁས་མི་ལེན་པ་གང་ཞིག་ལོངས་སྤྱོད་ལང་ཁས་མི་ལེན་པའི་ཕྱིར། མི་ལེན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་ལེན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་ལེན་པ་རྒྱ་སྤྲེ་སྤྱི་ནམ་དང་མཛོད་ཀྱི་དཀའ་འགྲེལ་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གསུངས་པར་ཐལ། རྒྱ་སྤྲེ་སྤྱི་ནམས་ལས། མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུའི་ཐ་སྙད་ཀྱང་མི་འདོད་དོ། ཞེས་དང་། མཛོད་ཀྱི་དཀའ་འགྲེལ་ལས། དེ་ཡང་ཆོས་སྤྱོད་མཛོད་དུ་བྱས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་དང་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུའི་ནམ་གཞག་མི་བྱ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྩེ་བྲག་སྤྱོད་པའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྤྱོད་གཉིས་པོ་ཁས་མི་ལེན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྩེ་སྤྲིའི་ལུགས་ལ་གཟུགས་སྤྱོད་གཉིས་ཁས་མི་ལེན་བཞིན་དུ་གཟུགས་སྤྱོད་གཉིས་པོ་སྤྱོད་བདེན་ཡིན་པས་སངས་རྒྱུས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་འདོད་ཚུལ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ་ལོ། །

༡༩། དེས་ཆོས་སྤྱོད་བརྟེན་མེད་སྤོབ་པ་འཕགས་པའི་ཆོགས་ནམས་ཀྱང་མཐར་བུག་པའི་ཆོས་སྤྱོད་དེར་བཤོད་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྤྱབས་དང་དོན་དམ་པའི་སྤྱབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྤྱབས་གསུམ་ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། སྤྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་ངོས་བཟུང་བ། དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱོད་ན། ཇི་ལྟར་སྤྱབས་སུ་སོང་པའི་ཚུལ་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱབས་འདིར་མཐའ་དབུད་པ་ལ་ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞོང་དུ་དྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་ཞིག་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་གསུམ་བརྟེན་པའི་སངས་རྒྱུས་དཀོན་མཆོག་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཆོས་སྤྱོད་བརྟེན་མེད་སྤོབ་པ་འཕགས་པའི་ཆོགས་ནམས་ཀྱང་དེར་བཤོད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་དེ་ཉིད་དོན་དམ་པའི་སྤྱབས་

ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་དོན་དམ་པའི་སྐབས་དང་ཀུན་རྫོབ་  
 པའི་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོའི་གནས་  
 ཚོད་ལ་བགྲོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐབས་དང་དེ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་སློ་ནས་  
 དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་འཛིན་ལགས། དེ་མི་འཛིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་  
 དོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་ལ་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་  
 མཐར་ཐུག་པའི་སྐབས་གནས། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་མཚན་ཉིད། དངོས་པོའི་གནས་  
 ཚོད་ལ་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་གནས། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཀྱི་མཚན་  
 ཉིད་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་ལ་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐབས་གནས་  
 ཡིན་ན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སྐྱུ་ཡིན་ན་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། གཟུགས་སྐྱུ་  
 གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་ཡང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ལོངས་སྐྱུ་དང་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལོངས་སྐྱུ་ཡིན་ན་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ལོངས་སྐྱུ་འི་རྒྱུད་ཀྱི་མཚན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། དོན་  
 དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐྱུ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་།  
 དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཞེས་པའི་དོན་དམ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱུ་ཞེས་པའི་དོན་དམ་གཉིས་མི་  
 འབྲེལ་གསུམ། འོ་ན། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྐྱ་མ་  
 དངོས་པོའི་གནས་ཚོད་ལ་ལམ་གྱི་བགྲོད་པ་མཐར་ཐུག་པ་ལ་བཤད། ཕྱི་མ་གདུལ་བྱ་ལ་  
 དངོས་སུ་མི་སྣང་བ་ལ་བཤད། འོ་ན། ལོངས་སྐྱུ་འི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན།  
 གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་མི་སྣང་བའི་སྐྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་སྣང་བའི་སྐྱུ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལོངས་སྐྱུ་འི་རྒྱུད་ཀྱི་

ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་བྱང་འཕགས་ཡིད་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྒྲགས་རབ་འབྱམས་སྒྲིབ་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དེའི་འཁོར་དུ་གྱུར་པའི་བྱང་འཕགས་ཀྱིས་དེ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཟེར་བ་ཡང་མི་འཐད་པར་ཐལ། ལོངས་སྒྲུའི་གཟུགས་ཡུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་ན། ལོངས་སྒྲུ་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་མ་ཁྲལ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། ལོངས་སྒྲུའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཆོས་ཅན། གདུལ་བྱ་ལ་དངོས་སུ་སྒྲུབ་པའི་སྒྲུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འདྲིང་ན། ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འདྲིང་ན། ཆར། འོ་ན། དོན་དམ་པའི་སྒྲུབས་ཡིན་ན། དོན་དམ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པས་ཁྲལ་པ་དང་། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུབས་ཡིན་ན་ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པས་ཁྲལ་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འདྲིང་ན། དོན་དམ་པའི་སྒྲུབས་ཡིན་ན་དོན་དམ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པས་ཁྲལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འདྲིང་ན། ལོངས་སྒྲུ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** འཁོར་གསུམ་དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དེ་ཀྱན་རྫོབ་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན། འདིར་མ་ཁྲལ་ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ སྒྲུ་མ་ལས་ཉོན་ཀྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་ཅིང་ཕྱི་མ་རྒྱ་རྒྱེན་ཀྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** **སྒྲི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་

ཀའི་ས་བཅད་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་  
 དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི་ཞེས་པའི་ས་བཅད་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་འོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་  
 རབ་ལས་སྐྱབས་གསུམ་ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། སྐྱབས་གསུམ་གྱི་དོ་ཤོ་ངོས་བརྒྱུང་  
 བཤུན། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྱད་པར། དགོན་མཆོག་གི་སྤྲོད་ན། ཇི་ལྟར་  
 སྐྱབས་སུ་སོང་པའི་ཚུལ་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་  
 འོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐྱབས་འདིར་མཐའ་དབྱེད་པ་ཞེས་པའི་  
 ས་བཅད་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤུང་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་ཅིང་ཕྱི་མ་  
 རྒྱུ་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ལུང་དོན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤུང་  
 མ་རྒྱུད་ཐུགས་འགྲེལ་ནས་གསུངས་པ་དེ། ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་འཛིན་པ་  
 དང་། ཕྱི་མ་ཙ་ཤེས་ལས། འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་བསྐྱུ་བའི་ཆོས། གསུངས་པ་དེ་རྒྱུ་  
 རྒྱུན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད། ཅེས་པ་ལུང་དེའི་དོན་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་མ་ཙ་ཤེས་ཀྱི་ལུང་དོན་དེ་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་འདུས་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་  
 དང་། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ངོས་  
 བརྒྱུང་ནས་མ་ཡིན་ཚུལ་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་  
 ལམ་གྱི་བཤོད་པ་མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། དངོས་  
 པོའི་གནས་ཆོད་ལ་ལམ་གྱི་བཤོད་པ་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་  
 ཡིན་ནོ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་པོ་སྤྱིར་  
 སྐྱབས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན།  
 སྐྱབས་འགོའི་ཡུལ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། སྤོབ་པ་  
 འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་དེ། དེ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པ་གང་ཞིག་སྐྱབས་

འགྲོའི་ཡུལ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་གཉིས་པ་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱལ་མ་གསུམ་པོ་  
གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་མ་  
ཡིན་པ་གང་ཞིག རྒྱལ་མ་གསུམ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་གཉིས་པོ་གང་  
རུང་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག དག་  
འདུན་དགོན་མཆོག་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
འཁོར་གསུམ། དེ་འདྲའི་གཟུགས་ཕུང་ཆོས་ཅན། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དག་འདུན་  
དགོན་མཆོག་ཡིན་ན། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་  
གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་ན། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡིན་ཏན་གང་ཡང་རུང་  
བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ།  
རིག་གྲོལ་གྱི་ཡིན་ཏན་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག དག་འདུན་དགོན་མཆོག་  
གི་མཆོག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་ན་རིག་གྲོལ་  
གྱི་ཡིན་ཏན་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། ཆར། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡིན་ན། འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སློབ་པ་འཕགས་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་གཟུགས་  
ཕུང་ཆོས་ཅན། དག་འདུན་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་  
ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱལ་མ་གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
འོ་ན ཀུན་རྫོབ་པའི་རྒྱལ་མ་གསུམ་དང་དོན་དམ་པའི་རྒྱལ་མ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། རྒྱལ་མ་གྲོའི་ཡུལ་  
ཡིན་པས་བྱུང་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

“༥༥ རྟེན་ལ་གཞི་དཔ་བྱས་པས་བརྟེན་པ་ལ་གཞི་དཔའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་

ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། ཉག་མ་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པའི་གཞུང་ཆོན་དེ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། སྐབས་གསུམ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ཡུགས་ཀྱི་སྐབས་གསུམ་གྱི་ངོ་པོ་བཤད་པའི་སྐབས་  
 ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཡུགས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་སྐབས་གསུམ་སྒྲོན་བྱེད་ཀྱི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ། མཛོད་ལས། གང་ཞིག་གསུམ་ལ་སྐབས་འགྲོ་སྟེ། སངས་རྒྱས་  
 དགེ་འདུན་བྱེད་པའི་ཆོས། །མི་སྒྲོབ་པ་དང་གཉིས་ཀ་དང་། ལྷ་འདས་ལ་སྐབས་སུ་  
 འགྲོ། །ཞེས་སོགས་ཀྱི་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟེན་ལ་གནོད་པ་བྱས་པས་བརྟེན་  
 པ་ལ་གནོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པའི་དོན་གསུང་རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ། དེ་  
 བཞིན་གསེགས་པའི་སྐྱུ་ལ་གནོད་པ་བྱས་ན་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ལ་གནོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་རྟེན་ལ་གནོད་པ་བྱས་པའི་བརྟེན་པ་ལ་གནོད་མི་གནོད་  
 ཀྱི་དོགས་པ་བྱེད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ཡུགས་ལ་གཞུགས་སྐྱུ་  
 གཉིས་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ཡིན་པས་སྐྱུ་ག་བསྐྱལ་  
 བདེན་པར་འདོད་ལ། དེ་ལྟར་ན། དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྐྱུ་ལ་དཔེ་སེམས་ཀྱི་ས་ཁྲག་  
 ལྷུངས་པས་མཚམས་མེད་དུ་འགྱུར་མི་འགྱུར་དོགས་པ་འོང་བ་མ་ཡིན་པ་ཉག་མ་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་སྐབས་གསུམ་གྱི་མཚན་གཞི་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཚན་པའི་ཕྱིར། སངས་  
 རྒྱས་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟད་མི་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། སངས་  
 རྒྱས་དགོན་མཚན་གྱི་དང་། དགེ་འདུན་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 ཟད་མི་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དགེ་འདུན་དགོན་མཚན་གྱི་དང་། དེ་དག་གི་སོ་སོར་བཞགས་འགོག་



མུང་འདས་མཚན་ཉིད་པ་རྣམས་ཚེས་དཀོན་མཚོག་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། བདག་  
 ཅག་གི་སྟོན་པ་ཚེས་ཅན། དེའི་ལུགས་ལ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོ་རྟེ་གདན་གྱི་བྱང་ཚུབ་གིང་དྲུང་ནས་སངས་རྒྱས་པ་པོའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱང་པར་ཐལ། རྟོ་རྟེ་གདན་གྱི་བྱང་ཚུབ་གིང་  
 དྲུང་ནས་སངས་རྒྱས་པ་དེ་གང་ཟག་ཅིག་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན།  
 དེ་འདྲའི་སངས་རྒྱས་པའི་གང་ཟག་དེ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལས་གཞན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། དེའི་ལུགས་ལ་གང་ཟག་ཡིན་པར་གྱུར་པའི་སངས་རྒྱས་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་  
 མེད་པར་ཐལ། འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་ལྟ་  
 བྱལ་པ་ཚེས་ཅན། དེ་ཚེས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར།  
 འཁོར་གསུམ། དེའི་ལུགས་ལ་བདག་ཅག་གི་སྟོན་པ་དེ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་སངས་རྒྱས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། བྱང་པར་ཐལ། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་  
 རྒྱན་ཡིན་ན་སྟོན་པ་ལྟ་བྱུང་བྱུང་པ་ཡང་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སྟོན་པ་ལྟ་བྱུང་བྱུང་པ་དེ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཚོག་གི་སྐྱལ་སྐྱལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བྱུང་བྱུང་པ་དེ་གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས།  
 འདྲོད་ན། ཆར། གཟུགས་སྐྱ་གཉིས་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ཡིན་ན། སྟོན་པ་ལྟ་བྱུང་བྱུང་  
 ཡང་སྤར་བྱང་སེམས་ཀྱི་རིགས་རྒྱན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར།

༦༥ ཕྱི་མ་གསུམ་ལམ་བཤེན་གྱི་ཡོན་ཏན་དུ་འདུ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་ཕྱིར།  
 གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་ཞེས་པའི་

ས་བཅད་དེ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་འོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཅིག་མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
 གཅིག་མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པོ་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་  
 པའི་ལྷགས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ས་བཅད་གཉིས་  
 པོ་གང་ནས་འཕྲོས་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་  
 བོ་བཤད་པ། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་  
 དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་  
 པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ས་བཅད་བཞི་པོ་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གསུང་  
 རབ་ལས་སྐྱབས་གསུམ་ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་  
 གྱི་ཁྱད་པར། དཀོན་མཆོག་གི་སྐྱ་དོན། ཇི་ལྟར་སྐྱབས་སུ་སོང་བའི་ཚུལ་བཞི་ཚོས་ཅན།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱེད་པ། ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཁོང་གི་གཞུང་དེའི་གཞུང་ཆོག་སྐྱ་མ་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དང་པོ་གསུམ་འགོག་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་། ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཚོས་ཅན། ཕྱི་མ་  
 གསུམ་ལམ་བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ཞེས་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཕྱི་མ་གསུམ་པོ་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རང་གི་རོ་བོ་ལ་དྲི་མ་མེད་པས་དག་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་  
 གསལ་བས་གསལ་བའི་ཡོན་ཏན། སྤང་བྱ་འཛོམས་པར་རྒྱས་པས་གཉིན་པོའི་ཡོན་ཏན་དང་  
 གསུམ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཚོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། བསམ་མེད་གཉིས་མེད་སོགས་  
 ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཡིན་པས་བྱུང་མེད་དང་། ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་གཉིས་  
 རེ་རེ་ནས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཚོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། བསམ་  
 མེད་གཉིས་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྟན་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་ཅིང་། ཀུན་རྫོབ་དང་  
 དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ནི། དངོས་པོའི་གནས་ཚུན་ལ་བརྟེན་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་

དང་མ་ཕྱིན་པའི་སྒྲོ་ནས་འཛོག་ལགས། འོ་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། བསམ་མེད་གཉིས་  
 མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** དེ་མ་ཁྱབ་པར་  
 ཐལ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་**  
**གྲུབ།** འོ་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདྲི་**  
**ལགས།** འདྲི་ན། དམན་ལམ་སྒྲོ་ན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆོས་བཟོད་ཆོས་  
 ཅན། འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྔ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མི་ལྔ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་མི་ལྔ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོ་ན་མེ་ལས། མཆོན་ཉིད་གཉིས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དམན་  
 ལམ་སྒྲོ་ན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆོས་བཟོད་དེ་བསམ་དུ་མེད་པ་སོགས་ཡོན་ཏན་  
 བརྒྱད་དང་མི་ལྔ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་མི་ལྔ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་དུས་སུ་འགོག་  
 བདེན་མ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་  
 ན། དམན་ལམ་སྒྲོ་ན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་སྤྲུག་བསྐྱེད་ཆོས་བཟོད་ཆོས་ཅན། འགོག་པའི་  
 ཡོན་ཏན་དང་མི་ལྔ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** འདྲི་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བསམ་མེད་གཉིས་མེད་  
 སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** འདྲི་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་  
 ཡིན་ན། བསམ་མེད་གཉིས་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།**  
 འདྲི་ན། ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། གཞན་ཡང་། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། བསམ་མེད་  
 གཉིས་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** དེ་ཁྱབ་པར་  
 ཐལ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པ་གང་ཞིག་རྣམས་  
 མ་རྣམས་དང་ཡང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། **ནགས་དང་པོ་མ་གྲུབ།** ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན།  
 འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྔ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདྲི་ལགས།** དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།**

དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྤང་བ་ལས། དེ་ལ་ཡང་འགོག་  
བདེན་གྱི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་ནི་  
བསམ་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དོས་བརྒྱུད་བ་ཙམ་ཡིན་པ་ལས། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་  
ནམྱུ་འགོག་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་ལྡན་པས་བྱལ་པར་བསྟན་པ་མིན་ལགས། གཞན་ཡང་།  
ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། བསམ་མེད་གཉིས་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་ལྡན་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་  
ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་དེ་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འཇམ་དབྱངས་སྒྲ་མ་  
ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱེད་ལས། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཀྱང་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའོ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཆོས་ཅན། ཡོན་ཏན་  
བརྒྱད་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། ཡོན་ཏན་  
བརྒྱད་དང་ལྡན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་དེ་ཡོན་ཏན་  
བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་གསེར་འཕྲེང་  
གི་ལུང་དེའི་ཕྱིར། མ་བྱལ་སྟེ། གསེར་འཕྲེང་ལས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་རང་ལྗོག་ནས་ཡོན་  
ཏན་བརྒྱད་ལྡན་དུ་གསུངས་པ་ཡིན་གྱི། ཆོས་དཀོན་མཆོག་ལ་དེས་བྱལ་པར་མ་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། །

པ། ཆད་མས་ངེས་པ་དྲངས་པའི་སྒྲོན་ས་སྐབས་འགྲོ་བྱེད་དགོས་ཏེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཆོག་དེ་གཞུང་  
གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་  
གསུམ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་

འཕྲོས་ཡུལ་གྱི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 རི་ལྗར་རྒྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་ཚུལ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་  
 རབ་ལས་རྒྱབས་གསུམ་ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། རྒྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་བོ་ངོས་བཟུང་  
 བཟོ་ ཀྱན་རྩོམ་དང་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་ཀྱི་བྱད་པར། དཀོན་མཆོག་གི་སྤྱོད་ན་ནམས་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་ཆོག་དེའི་གཞུང་ཆོག་སྤྱོད་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྗར་རྒྱབས་གནས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ནམས་ལ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེའི་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱབས་  
 ཡུལ་མཆོག་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་ལ་རང་གིས་ཆད་མས་སྒོ་ནས་ངེས་པ་རྙེད་པར་བྱས་ཏེ་རྒྱབས་  
 སུ་འགྲོ་དགོས་པར་བརྟན་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་པའི་འདུག་སྒོ་ལ་རྒྱབས་  
 འགྲོ་འཛིན་མིན་དང་། ཕྱི་ནང་གི་བྱད་པར་རྒྱབས་འགྲོའི་སྒོ་ནས་འཛིན་མིན་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་གསུང་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱབས་འགྲོ་ནང་པའི་འདུག་སྒོར་འཛིན་ལ། ཕྱི་  
 རང་བྱད་པར་ཡང་རྒྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་སྒོ་ནས་འཛིན་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དང་  
 པོ་རྒྱབས་འགྲོ་ཆོས་ཅན། རང་པ་སངས་རྒྱས་པའི་འདུག་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 བཟོ་ དད་པ་ཅམ་གྱིས་ལུང་ཆོག་རང་རྒྱུད་ལ་ལོན་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། རང་པ་སངས་རྒྱས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་པའི་  
 བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་གི་བརྟན་  
 པ་ལ་ཞུགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དད་པ་ཅམ་གྱིས་  
 ལུང་ཆོག་རང་རྒྱུད་ལ་ལོན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱད་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱད་པར་ཐལ། དད་  
 པ་ཅམ་གྱིས་ལུང་ཆོག་རང་རྒྱུད་ལ་ལོན་པ་དེ་ལུང་གི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པའི་ཆད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྗར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མཁས་མཆོག་དབྱིག་གཉེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མངོན་པ་མཛོད་ལས། དེ་

འཛིན་བྱེད་པ་སྐྱབས་བྱེད་པ། སྐྱབས་པར་བྱེད་པ་ཁོ་ན་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། གཞན་ཡང་། སྐྱབས་འགྲོ་ཆོས་ཅན། ནང་པའི་འདུག་སློམ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྐྱབས་འགྲོ་རང་རྒྱུད་ལ་སྐྱེ་བ་ལ་རྟོགས་པའི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། རྟོགས་པའི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ལ་ལུང་གི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་སྟོན་དུ་  
 འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་རྟོགས་པ་དེ་ཡང་གར་རྒྱལ་བ་  
 ཙོང་ཁ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་དུ་གིས་མཛད་  
 པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ལས། ལུང་གི་བརྟན་པ་ནི་ཆོས་ལག་དུ་མེན་པའི་ཚུལ་སྐྱབས་པ་བྱེད་ལུགས་གཏན་  
 ལ་འབེབས་པ་ཡིན་ལ། རྟོགས་པའི་བརྟན་པ་ནི་གཏན་ལ་ཐབ་པ་ན་ངེ་རྟོགས་སྐྱབས་པ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་  
 རྒྱ་འབྲས་སུ་འགྲོ་འོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན།  
 སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར་ལུང་གི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 མེད་པར་ཐལ། སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པར་དད་པ་ཙམ་གྱིས་ལུང་གི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དད་པ་རྒྱུད་ལ་སྐྱེས་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་རྒྱུད་ལ་མ་  
 སྐྱེས་པ་མེད་པར་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ལྟ་བུ་ལ།  
 དད་པ་སྐྱེས་ནས་སྐྱབས་འགྲོ་མ་སྐྱེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ།  
 དེ་ལ་དད་པ་སྐྱེས་ནས་ཆོག་ལ་སློབ་འདོད་མ་སྐྱེས་པར་དད་པ་ཙམ་གྱིས་ལུང་ཆོག་རང་རྒྱུད་ལ་ཡོན་པ་  
 མེད་པ་གང་ཞིག་དད་པས་དངས་ནས་སློབ་འདོད་སྐྱེས་པ་ན། རྒྱན་ལ་དམིགས་པའི་སྐྱབས་འགྲོ་སྐྱེས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་དད་པ་དེ་རྟོགས་པའི་བརྟན་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། རྟོགས་པའི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་ནས་སྐྱབས་  
 འགྲོ་རྒྱུད་ལ་མ་སྐྱེས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་ན། ནང་པའི་བརྟན་པ་ལ་  
 ཞུགས་པའི་ཕྱི་རོལ་པ་ཡང་ཡོད་པར་ཐལ། ནང་པའི་བརྟན་པ་ལ་ཞུགས་ན། སྐྱབས་འགྲོ་རང་རྒྱུད་ལ་  
 སྐྱེ་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར་རོ། གཞན་ཡང་། ཙོང་ཁ་ནས་ཕྱི་ནང་གི་བྱེད་པར་སྐྱབས་འགྲོ་འོ་སྟོན་ནས་འཛིན་  
 ཟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དཀོན་མཆོག་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བ་དང་མི་འགྲོ་

བའི་སྒོ་ནས་དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་འདྲི་གཟིགས་པར་ཐལ། འདྲི་པའི་ཕྱིར། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་ན། ནང་པ་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། བདག་ཅག་སྟོན་པ་ཆོས་ཅན། ནང་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་པའི་ཕྱིར། འདྲི་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལས། སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཆོས་ཅན། མཆོན་ཉིད་དང་པོ་དེར་ཐལ། མཆོན་བྱ་དེའི་ཕྱིར་ཏེ། དབུ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདྲི་མི་རྣམས་ཏེ། འདྲི་གས་པ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། བདག་གི་སྟོན་པ་ཆོས་ཅན། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་འགྲོ་བའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ཆར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ནང་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། མ་བྱབ་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། དཀོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྐྱབས་སུ་མི་འགྲོ་ན་ཕྱི་རྒྱལ་པ་ཡིན་དགོས་ཟེར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བོན་པོ་ཆོས་ཅན། ནང་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱི་རྒྱལ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བོད་གངས་ཅན་ན་བྱོད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གྲུབ་མཐའ་ལས། མཆོན་ཉིད་གཉིས་པ་ལ། བོན་པོ་ཆོས་ཅན། མཆོན་བྱ་དེར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེའི་ཕྱིར། འདྲི་མི་རྣམས་ཏེ། བོད་གངས་ཅན་ན་ཕྱི་རྒྱལ་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར།

༡༥ ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།

ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 དེའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྱི་དོན་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དངོས་  
 པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བཞོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐབས་དེ། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ། དེ་  
 མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་དེ། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེས་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བཞོད་པ་མཐར་ཐུག་  
 པའི་སྐབས་དེ། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་། དེ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་དེ་ཀུན་རྫོབ་པའི་  
 སྐབས་ཀྱི་ངོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བཞོད་པ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ་དང་། དེ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་  
 ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ་གཉིས་ེ་ེ་ནས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་  
 པ་མགོན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་  
 པའི་རྒྱ་བྱ་མ་ལས། སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཕྱིར། ཁྲིད་ཕྱིར་འཛིགས་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། །  
 ཆོས་རྣམ་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་ཆོགས། གཏན་གྱི་སྐབས་མཆོག་མ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། ལུང་རྟོགས་ཀྱི་ཆོས་གཉིས་དང་སངས་  
 རྒྱུ་མ་ཡིན་པའི་འཕགས་པའི་ཆོགས་རྣམས་དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་བསྐྱུས་གསུམ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་ན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ།



འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཡིན་ན། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་བཞོད་པ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བཀའ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་གི་ཆོས་  
 འཁོར་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་ཁས། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་ལྟར་འདོད་མི་  
 རུས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་རུས་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་  
 གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ཡང་ཁ་ཅིག་སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་  
 ཆོས་ཅན་ཕྱིར། ཁེད་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དགོངས་པར་བསམ་ནས་ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་དང་། རྒྱན་པ་  
 བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་དང་། མེད་དགག་རྣམས་ལ་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པས་བྱབ་ཐེར། དང་པོ་  
 མ་བྱབ་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བཀའ་མ་དེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། སངས་རྒྱས་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
 བཀའ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཡུམ་རྒྱས་འབྲིང་  
 བསྐྱུས་གསུམ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར།  
 ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་  
 གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མངོད་པའི་སྐྱེ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་  
 པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་ཏེ། རོན་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐབས་ཅམ་དུ་བསྟེན་གྱི་དོན་མངོན་པར་རྟོགས་  
 པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཆོ་གཟིངས་ལྟར་སྤང་བར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། ལུང་གི་ཆོས་འཁོར་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་  
 པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་པའི་  
 སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱབས་གང་ཞིག་ རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་ཁས།

འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་  
རྫོབ་པའི་སྐབས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཀུན་རྫོབ་པའི་སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་དང་ཀུན་རྫོབ་པའི་དགེ་འདུན་  
དགོན་མཆོག་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་ཁས། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་  
ཆོས་དགོན་མཆོག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་དགོན་  
མཆོག་ཅེས་པའི་ཐ་སྙད་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། དེ་འཐད་པར་ཐལ། དགོན་མཆོག་  
གསུམ་རེ་རེ་ལ་ཀུན་རྫོབ་པ་དང་དོན་དམ་པ་གཉིས་རེ་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
གསུམ། དེ་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཐད་པ་དེ་ཡང་དངོས་སྟོབས་རིགས་པའི་དབང་ཕྱུག་རྒྱལ་ཆོབ་  
དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
མཛད་པའི་རྒྱུད་ཐུང་དར་ཁྱེད་ལས། འདི་དག་ཀྱང་དོན་དམ་དང་ཀུན་རྫོབ་པ་གཉིས་གཉིས་ཀྱིས་རིགས་  
པར་བྱ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་སྟེ། དེ་མཆོག་གསུམ་རེ་རེ་ལ་ཀུན་  
རྫོབ་པའི་སྐབས་དང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་གཉིས་རེའི་ནམ་གཞག་བྱེད་རྒྱ་ཡོད་པ་ལ་དགོངས་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༧༥ རྩེ་མ་གསུམ་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདུ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། རྩེ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་རྩོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྩེ་དོན་ཡུམ་དོན་  
གསལ་བའི་རྩོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་རྩེ་དོན་ནས་ཡིན་  
རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་གསུམ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། ཞེས་  
སྟགས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། རྩེ་མ་གསུམ་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདུ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་  
གཞུང་དེའི་ཆོག་སྲ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་  
གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྐབས་གསུམ་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་གསུམ་གྱི་ནང་ནས་སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་བཤད་  
པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན། ལྷག་མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷག་

མ་གཉིས་ལས་ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་ངོ་པོ་བཤད་པའི་སྐབས་  
 ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་གི་ངོ་པོ་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་  
 ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་གི་ངོ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་བ་ནས། དང་པོ་གསུམ་  
 རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ཕྱི་མ་གསུམ་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་དུ་འདུ་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དང་པོ་གསུམ་དང་  
 ཕྱི་མ་གསུམ་རེ་རེ་བཞིན་ངོས་བཟུང་ནས་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་གྲོལ་བའི་ཡོན་ཏན་སོ་སོར་འདུ་ཚུལ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་གསུམ་ནི་ཇི་ལྟར་ཇི་སྟེད་པ་སོ་སོར་རང་གིས་  
 རིག་པའི་ཚུལ་གྱིས་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་  
 གཤེགས་སྟོང་པོ་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན་གསུམ་དང་། ཕྱི་  
 མ་གསུམ་ནི་ཆགས་པ་དང་ཐོགས་པ་དང་དམན་པའི་སྒྲིབ་པ་གསུམ་དང་བུལ་བའི་ཡོན་ཏན་  
 གསུམ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་དེ་ལ་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་  
 དུ་བཤད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་འདུན་དགོན་  
 མཆོག་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྡན་དུ་བཤད་པ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 རྒྱུད་ཐ་ཆ་འགྲེལ་གང་དུ་ཡང་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྡན་དུ་མ་བཤད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་བཤད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་བཤད་པ་དེ་ཡང་འཇམ་མགོན་ཐུག་མ་གར་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་  
 པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་ལེགས་  
 བཤད་གསེར་སྤེང་ལས། ཁ་ཅིག་ཇི་ལྟར་ཇི་སྟེད་ནང་རིག་པ་སྟེ་གསུམ། ཆགས་སྒྲིབ་ཐོགས་སྒྲིབ་  
 དམན་སྒྲིབ་ལས་གྲོལ་བ་དང་གསུམ། དང་པོ་གསུམ་ནི་རིག་པ་དང་ཕྱི་མ་གསུམ་ནི་གྲོལ་བ་སྤུན་ཆོགས་  
 ཀྱི་ཡོན་ཏན་དུ་བྱས་ནས་དགེ་འདུན་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྡན་དུ་འཆད་པ་ནི་འོལ་སྤྱི་ཙམ་སྟུར་དུ་རུང་ཡང་  
 འགྲེལ་བས་མ་བཤད་ཅིང་ཅ་བ་ལ་ཡང་ཇུ་མ་ལྟ་བུར་མི་གསལ་བས་བདག་གིས་དོར་དོ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་

བརྒྱན་ལྷན་དུ་བཤད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། དགེ་འདུན་དཀོན་  
 མཆོག་གི་ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ལས་དང་པོ་གསུམ་རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། སྤྱི་མ་གསུམ་གྲོལ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 དུ་འདུ་བ་མི་འཐད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། འཁོར་གསུམ། དེ་འཐད་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་འཐད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྤྱི་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ་ལས། ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ཀྱང་ཡོད་དེ། ཇི་ལྟ་ཇི་སྟེད་པ་སོ་སོ་རང་  
 གིས་རིག་པའི་རྩལ་གྱིས་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ལ་བདེ་གཤེགས་  
 སྟོང་པོ་ཡོད་པར་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པ་དག་པའི་ཡོན་ཏན། ཆགས་པ་དང་ཐོགས་པ་དང་དམན་པའི་  
 སྤྱིབ་པ་གསུམ་དང་བྲལ་པའི་ཡོན་ཏན། རིག་པའི་ཡོན་ཏན་དང་། གྲོལ་པའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་སུ་ཡོད་  
 པའི་སྤྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། **གསུངས་པའི་སྤྱིར།** གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན། དགེ་  
 འདུན་དཀོན་མཆོག་ལ་རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱན་དུ་བཤད་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་  
 ན། ཚར། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་ཇི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། གསེར་སྤྱོད་གི་ལུང་བྲངས་མ་ཐག་པ་དེའི་སྤྱིར།  
 ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་། གསེར་སྤྱོད་ལས་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་བྱ་ཤིག་དང་ཉ་ཤིག་གིས་བཤད་  
 པ་ལྟར་རྒྱུད་ཐུང་ཅ་འགྲེལ་དུ་མ་བཤད་པས་མི་འཐད་པ་མ་གཏོགས། **སྤྱིར་མི་འཐད་པར་**  
**གསུངས་པ་མ་ཡིན་ལགས།** འོ་ན། སྤྱིར་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ལྷན་དུ་གསུངས་  
 པ་དེ་འཐད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། གསེར་སྤྱོད་ལས། དགེ་འདུན་  
 དཀོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ལྷན་དུ་འཆད་པ་ནི་འོལ་སྤྱི་ཙམ་སྤྱིར་དུ་རུང་ཡང་འགྲེལ་པས་མ་བཤད་ཅིང་  
 ཅ་བ་ལ་ཡང་སྤྱི་མ་ལྟ་བུར་མི་གསལ་བས་བདག་གིས་དོར་རོ། ཞེས་པ་འདི་རྗེའི་རང་ལུགས་ཡིན་པའི་  
 སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ལྷན་དུ་མ་བཤད་པ་དེ་གསེར་སྤྱོད་གི་  
 དགོངས་པ་དང་། ཡོན་ཏན་བརྒྱན་ལྷན་དུ་མ་བྱེད་པ་དེ་རྒྱུད་ཐུང་མའི་རྣམ་བཤད་དང་ལོ་རྒྱུ་པ་ཆེན་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་ཞེས་སོ་སོར་བཀྲལ་དགོས་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་

ལྷ་ར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྒྱུད་ལྷ་  
མའི་དཀའ་འགྲེལ་ལས། གསེར་སྤེང་ལས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ཀྱི་གངས་འདྲེན་མ་མཛད་ཀྱང་། བརྒྱུད་  
དུ་བྱེད་པ་ནི་ནམ་བཤད་འདིའི་དགོངས་པར་སྤང་ལ། ལོ་ཙཱ་པ་ཆེན་པོས་ཀྱང་བརྒྱུད་དུ་བཤད་དོ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་། གསེར་སྤེང་དང་རྒྱུད་ལྷའི་ནམ་བཤད་སོགས་ཀྱི་གསུངས་  
ཟིན་མི་མཐུན་པར་བཤད་པ་ལས་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ལྷ་ར་བུ་མི་འདོད་  
པ་གསེར་སྤེང་རང་ལུགས་སུ་ཁས་ལེན་པ་མ་ཡིན་ནོ། །

༡༠༥ རྒྱུད་ཆོས་བཞིའི་སྒོ་ནས་རྒྱུད་པར་འཕགས་ཏེ། ཅས་པའི་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒོ་ནས་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱབས་གསུམ་ནས་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་གོང་མ་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྱབས་གསུམ་སྐབས་  
ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྤྱབས་འགྲོ་  
དེ་ཐེག་དམན་གྱི་སྤྱབས་འགྲོ་ལས། ཞེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐད་ཀར་ས་བཅད་  
གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷ་པ་ཇི་ལྟར་སྤྱབས་སུ་སོང་  
བའི་རྒྱལ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་ལྟན་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་  
བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བཞི་མེད་པར་ཐལ།  
བཞི་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྤྱབས་གསུམ་  
ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། སྤྱབས་གསུམ་གྱི་ངོ་པོ་ངོས་བཟུང་བ། ཀུན་རྫོགས་དང་དོན་  
དམ་པའི་སྤྱབས་ཀྱི་རྒྱུད་པར། དགོན་མཆོག་གི་སྤྱི་དོན་བཅས་ཡིན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱབས་  
གསུམ་བཞུན་པའི་རྒྱན་ཅུ་བའི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སངས་  
རྒྱུས་ལ་སོགས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཐེག་དམན་ལས་རྒྱུད་པར་  
དུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཆོས་བཞི་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་

པ་སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པ་ཀུན་དུ་འགྲོ་བའི་བྱད་པར། སངས་རྒྱས་འཕྲོ་བ་བྱུང་ཁས་ལེན་  
 པའི་བྱད་པར། འབྲས་བུ་བྱང་ཆེན་རྟོགས་པའི་བྱད་པར། ཐེག་དམན་གྱི་སྐབས་འགྲོ་བའི་  
 གྱིས་གནོན་པའི་བྱད་པར་བཅས་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐབས་འགྲོ་བའི་ལྷན་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐབས་འགྲོ་བའི་ཐེག་དམན་གྱི་སྐབས་འགྲོ་ལས་བྱད་ཆོས་བཞིའི་སྒོ་  
 རས་བྱད་པར་དུ་འཕགས་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐབས་འགྲོ་ཡོད་པས་བྱད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་  
 སྐབས་འགྲོ་ཡོད་པས་བྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཡིན་ན། རང་པ་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། རང་པའི་འདུག་སྒོ་སྐབས་འགྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་གར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། སྤྱིར་ཕྱི་ནང་འཛིན་ག་  
 རྒྱལ་མང་དུ་སྒྲུང་ཡང་། རོ་བོ་ཆེན་པོ་དང་ལྷོ་པས་སྐབས་འགྲོས་འབྱེད་པར་གྲགས་པས་སྐབས་འགྲོ་  
 ཐོབ་ལ་མ་བཏང་བ་ལ་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རང་པའི་  
 འདུག་སྒོ་སྐབས་འགྲོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན།  
 ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐབས་འགྲོ་ཡོད་པས་བྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་གསུམ།  
 ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྐབས་འགྲོ་ཡོད་པས་མ་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་བྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་དེ། ཐེག་ཆེན་པ་གང་ཞིག་ཁྱོད་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ལ་སྐབས་འགྲོ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་  
 སྐབས་འགྲོ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འགྲོ་བའི་ཀུན་རྫོབ་པའི་  
 རྣམ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ལ་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྒྲུང་བ་མེད་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱབ་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྩེད་མེད་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་

གྲུབ། དེ་ཡིད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་རྩེ་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཀྱན་  
 རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཉམས་པར་ཡིད་ཅིང་། སེམས་ཅན་གྱི་དོན་དུ་སངས་རྒྱུས་འཕྱོང་པར་བྱའོ་སྙམ་  
 པའི་སྟོ་མེད་པ་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན་ཆར། འོ་ན། ཁྱོད་ཀྱན་རྫོབ་པའི་ནམ་ཅན་ཡིན་པས་རྒྱ་མཚན་གྱི་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་རྒྱབས་འགྲོ་མེད་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་རྒྱབས་འགྲོ་གཉིས་ཀྱན་རྫོབ་ནམ་ཅན་གྱི་སྟོ་ཡིན་པར་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། མཚུངས་  
 པའི་ཕྱིར། མཚུངས་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་རྒྱབས་འགྲོ་མེད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཁྱོད་ནང་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ནང་པའི་  
 འཇུག་སྟོ་ཡིད་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འོ་ན། ནང་པའི་འཇུག་སྟོ་ཡིན་ན།  
 ནང་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་དེ་ཡིད་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ཁྱོད་ནང་  
 པའི་འཇུག་སྟོའི་དོན་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱབས་འགྲོ་ཐོབ་ལ་མ་  
 བཏང་བ་ལ་བྱའོ། །

༡༡༥ རྩ་མ་ལས་ཉོན་ཆེན་གྱིས་འདུས་བྲས་པ་ལ་བཤད་ཅིང་ཕྱི་མ་རྒྱ་རྒྱེན་གྱིས་འདུས་བྲས་པ་ལ་བཤད་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་  
 གཞུང་ཆོག་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྟོ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་  
 མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛོན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་ཀྱན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་རྒྱབས་ཀྱི་  
 བྱུང་པར་བཤད་པ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་

བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྐབས་  
 གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། སྐབས་གསུམ་གྱི་ངོ་པོ་ངོས་བཟུང་བ། དཀོན་མཆོག་  
 གི་སྐྱོད་ན། རི་ལྷོ་སྐབས་སུ་མོང་པའི་ཚུལ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་རྣམས་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་རྣམས་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་  
 མཐའ་དབྱེད་པ་རྣམས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་མ་ལས་ཉོན་ཁྱིས་འདུས་  
 བྱས་པ་ལ་བཤད་ཅིང་ཕྱི་མ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་དེ་རང་ལུགས་མ་  
 ཡིན་ཁ་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་  
 མ་དང་ཕྱི་མ་གཉིས་ངོས་བཟུང་ནས། དེ་རང་ལུགས་ཡིན་ཚུལ་གསུང་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་རྩ་མ་ལས་ཉོན་ཁྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་ཅིས་པའི་  
 རྩ་མ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཅ་ཤེས་ལས། བཅོམ་ཅན་  
 འདས་ཀྱིས་ཆོས་གང་ཞིག །བསྐྱེད་པ་དེ་ནི་རྩ་མ་ཞེས་གསུངས། །འདུས་བྱས་ཐམས་ཅད་  
 བསྐྱེད་པའི་ཆོས། །དེས་ན་དེ་དག་རྩ་མ་ཡིན། །ཞེས་པའི་འདུས་བྱས་ལ་བྱེད་པ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱི་མ་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་ཅིས་པའི་ཕྱི་མ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱུད་ལྷ་མའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་  
 ལ་བཤད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོག་གོང་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ནི་ད་རྒྱུད་ལྷ་མའི་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་དོན་དུ་འཆད་པ་ནི་མི་འཐད་དེ། འགྲེལ་པ་  
 དེ་ནས་བཤད་པའི་འདུས་དང་སྐབས་འདིར་ཅ་ཤེས་གསུངས་པའི་འདུས་བྱས་གཉིས་དོན་  
 མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་པ་ཆོག་གོང་མ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དོན་  
 དམ་པའི་སྐབས་དང་། ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་རྒྱ་མཐོང་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོའི་གནས་ཆོད་ལ་ལམ་གྱི་བཟོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་  
 སྐབས་གནས་དེ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཡིན་ན། མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་པས་ཁྱབ་



པར་ཐལ། འདྲི་པའི་ཕྱིར། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། སངས་རྒྱལ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་  
བཀའ་ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་  
གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཆོས་ཅན། འདྲི་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་ཆེན་པོ་མཆོག་གི་སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་  
མེ་ལས། དང་པོ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། སངས་རྒྱལ་རང་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བཀའ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༣༥ གཉིས་པ་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་བཤད་པ། ཞེས་པའི་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྐྱེ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ས་བཅད་སྔ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྐྱབས་གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པའི་  
དགོས་པ་ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ས་བཅད་སྔ་མ་དང་། གཞུང་ཆོན་སྐྱབས་གསུམ་བཤད་པའི་  
སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཉིས་པ་སྐྱབས་གསུམ་གྱི་རོ་པོ་བཤད་པ་ལ། ཉན་  
ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལུགས་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་  
ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་ལ། སངས་རྒྱལ་སྐྱེ་བའི་ཆོས་སངས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
ཟད་མི་སྦྱེ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་དང་། དགེ་འདུན་དུ་བྱེད་པའི་  
ཆོས་སྦྱོབ་པ་དང་མི་སྦྱོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་དང་།  
དེ་དག་གི་སོ་སོར་བཉགས་འགོག་ཐུང་འདས་མཚན་ཉིད་པ་རྣམས་ཆོས་དགོན་མཆོག་ཡིན་  
ལགས། ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་ལ། འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྡན་པའི་  
སྐབས་གནས་མཐར་བུག་དེ། སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་གི་རོ་པོ་དང་། བསམ་མེད་གཉིས་  
མེད་ཉིག་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བུང་  
བདེན་པ། ཆོས་དགོན་མཆོག་གི་རོ་པོ། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་

འཕགས་པའི་གང་ཟག དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་ངོ་མོ་བཅས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདུས་མ་བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས། སངས་  
 རྒྱུ་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་དང་། བསམ་དུ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་རྣམ་བུར་བདེན་པ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་  
 ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་རྒྱལ་སྤྱུ་འཕགས་པ། དགེ་འདུན་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་བཅས་རིམ་  
 པ་ལྟར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཛོག་པར་ཐལ། འདུས་མ་བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་  
 ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས་དེ། སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་དུ་  
 འཛོག་པ་གང་ཞིག ལྟག་མ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་འཛོག་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཛོག་པར་  
 ཐལ། འདུས་མ་བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས། སངས་  
 རྒྱུ་དགོན་མཆོག་གི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདུས་མ་  
 བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས་ཡིན་ན། སངས་རྒྱུ་དགོན་  
 མཆོག་ཡིན་པས་བྱུང། སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་ཡིན་ན། འདུས་མ་བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་  
 ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། འདུས་  
 མ་བྱས་ལོན་ཏན་བརྒྱུད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས་ཡིན་ན།  
 སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་གི་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་སྐྱོན་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་  
 ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་  
 ཅན། སངས་རྒྱུ་དགོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འོ་ན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། འོ་ན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་  
 གནས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་ཡང་  
 དག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་དོན་དང་གཞན་དོན་  
 གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐབས་གནས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་

ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་  
 དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་  
 མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་དེ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་  
 དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 རང་དོན་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་  
 ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་དོན་  
 དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། རང་དོན་དང་གཞན་དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་གནས་  
 ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན།  
 དོན་གཉིས་མཐར་ཕྱིན་པའི་སྐྱབས་གནས་ཡང་དག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདུས་མ་བྱས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་རང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐྱབས་གནས་ཡིན་  
 ནཱ། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་སྦྱོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 གྱིས་མཇད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། དང་པོ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་འཕགས་པ་མཆོན་བྱ་དེ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། འདུས་  
 མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་དེ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེ་  
 སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། འདུས་མ་བྱས་ལ་སོགས་པའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་རང་གི་ཡོན་

ཏན་དུ་ཡོད་པའི་སྐབས་གནས་ཡིན་ན། སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་ཡིན་པས་མ་ཁུབ་པའི་སྒྲིན་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱལ་དགོན་  
མཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར།

༡༩༥ ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་ཀྱང་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་པོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྲི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
སྐབས་གསུམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
ཐད་ཀའི་ས་བཅད་པོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་  
ཀྱི་སྐབས་གསུམ་གྱི་དོ་བོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ས་  
བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྐབས་གསུམ་  
གྱི་དོ་བོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་  
ཀྱང་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་ལུང་གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱལ་དགོན་  
མཆོག་ལ་འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བྱར་  
རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་སྒྲོ་རྟོག་གི་སྟོགས་ཚུལ་རྟོགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་  
རྟོགས་མི་རུས་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་ལྟར་ཇི་སྟེད་མཆེན་པའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱ་ལ་བཅེ་  
པའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱའི་ཉེས་སྒྲིན་སེལ་པའི་ཡོན་ཏན། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན། གཞན་  
དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་བཅས་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་  
གསུམ་གྱི་དོ་བོ་འདྲོད་ཚུལ་ལ། ཐེག་པ་ཤོང་འོག་གཉིས་མཐུན་པ་མ་ཡིན་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
མཐུན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། མི་མཐུན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་པ་ཤོག་མ་ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་སངས་རྒྱལ་སུ་བྱེད་པའི་ཆོས་སངས་རྒྱལ་  
འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བད་མི་སྐྱེ་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་སངས་རྒྱལ་དགོན་མཆོག་གི་དོ་བོ་དང་།

དགེ་འདུན་དུ་བྱེད་པའི་ཆོས་སྒྲོབ་པ་དང་མི་སྒྲོབ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་དགེ་འདུན་  
 དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། དེ་དག་གི་སོ་སོར་བརྟགས་འགོག་མཉམ་འདས་མཆོན་ཉིད་པ་  
 རྣམས་ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོར་འདོད་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་པས་འདུས་མ་བྱས་སོགས་  
 ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་དེ་སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་  
 བོ་དང་། བསམ་མེད་གཉིས་མེད་རྟོག་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་  
 པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བུར་བདེན་པ་དེ་ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། རིག་གྲོལ་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་དེ་དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་  
 ངོ་བོར་འདོད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་པའི་ལུགས་ལ། འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་  
 བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་དེ། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། བསམ་  
 མེད་གཉིས་མེད་རྟོག་མེད་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་དང་ལྡན་པའི་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་བུར་  
 བདེན་པ། ཆོས་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། རིག་གྲོལ་གྱི་ཡོན་ཏན་གང་ཡང་རུང་བ་དང་ལྡན་པའི་  
 འཕགས་པའི་གང་ཟག དགེ་འདུན་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོར་འཛོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། སངས་རྒྱས་དཀོན་མཆོག་ཡིན་ན། འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་  
 སྐྱབས་གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་  
 ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱུད་དང་ལྡན་པའི་སྐྱབས་  
 གནས་མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་  
 པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། མཁྱེན་བརྩེ་རྣམས་གསུམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན།  
 བརྩེ་བའི་ཡོན་ཏན་དང་ལྡན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མི་  
 འཐད་པར་ཐལ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་བརྩེ་བ་དང་མ་བཅས་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། བརྩེ་བ་དང་མ་བཅས་  
 པར་ཐལ། ཤེས་པ་དང་མ་བཅས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་

པའི་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། ཤེས་པ་དང་མ་བཅས་པར་ཐལ། འདུས་མ་བྱས་པའི་ཕྱིར།

༡༩༥ འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་དང་ལྔ་མ་པའི་སྐབས་གནས་མཐར་ཐུག་དེ། སངས་  
 རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དེ་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། སྐབས་གསུམ་གྱི་ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་བ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་བཞི་ཡོད་ལགས། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་  
 ས་བཅད་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ས་བཅད་བཞི་པོ་ཟེ་ཟེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྐབས་གསུམ་རྣམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་པ། ཀུན་རྫོབ་དང་  
 དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར། དཀོན་མཆོག་གི་སྒྲོད་ན། ཇི་ལྟར་སྐབས་སུ་སྤང་བའི་  
 རྩལ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་བཅད་དེ་རྣམས་རྩ་བའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་  
 གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱུང་བ། ཞེས་པ་  
 རྣམ་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་བ་ནས་འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་  
 དང་ལྔ་མ་པའི་སྐབས་གནས་མཐར་ཐུག་དེ། སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་གི་ངོ་བོ་དང་། ཞེས་པའི་སྐབས་  
 རྣམ་བཟླས་པའི་འདུས་མ་བྱས་སོགས་ཡོན་ཏན་བརྒྱད་པོ་ཟེ་ཟེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 རྫོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན། ཡོན་ཏན་དེ་གཉིས་སྒྲོད་གིས་རྟོགས་རྩལ་རྫོགས་པའི་རྩལ་  
 གྱིས་རྟོགས་མི་རྣམས་པའི་ཡོན་ཏན། ཇི་ལྟར་ཇི་སྟེད་མཁྱེན་པའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱ་ལ་  
 བརྟེ་བའི་ཡོན་ཏན། གདུལ་བྱའི་ཉེས་སྒྲོན་མེལ་བའི་ཡོན་ཏན། རང་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན།  
 གཞན་དོན་གྱི་ཡོན་ཏན་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་འདུས་མ་བྱས་པ་རང་

བཞིན་མ་དག་གི་ཡོན་ཏན་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་རྣམ་  
 དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། སངས་རྒྱུས་བཅོམ་ལྷན་འདས་ཆོས་ཅན།  
 འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་ཏེ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 འདུས་མ་བྱས་པ་རང་བཞིན་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་དང་ལྷན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་རྣམ་དག་  
 གི་ཆར་གྱུར་པའི་རོ་བོ་ཉིད་སྐྱེ་དང་ལྷན་པའི་ཕྱིར། དེ་མི་ལྷན་པར་ཐལ། དང་པོ་སྐབས་འདིའི་  
 དག་པ་ལ་གཉིས་ཡོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དག་པ་དེ་གཉིས་  
 རོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་དང་།  
 མཐོ་བུར་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་གཉིས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་  
 མས་དག་པ་དེ་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་ཆོས་  
 ཉིད་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་ཞེས་བཞེད་པའི་གྱུ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་དེ། རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མ་  
 ལ་བཞག་ནས། དེས་དག་པ་ཞིག་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་ཞེས་བཞེད་པ་ཡིན་ལགས།  
 རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་ཆོས་ཉིད་དེ། རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་ཅེས་པའི་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་ར་དང་པོ་ཉིད་ནས་རང་  
 བཞིན་གྱི་རྩི་མས་མ་གོས་པ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་ཅེས་བཞེད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་དགག་བྱ་བདེན་གྲུབ་དེ། རང་བཞིན་  
 གྱི་རྩི་མ་ལ་བཞག་ནས། དེས་དག་པ་ཞིག་ལ་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་པ་ཟེར་ཞེས་བཤད་པ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། རྣམ་མཁྱེན་གྱི་སྟེང་གི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་རང་བཞིན་གྱི་རྩི་མས་དག་སྒྲངས་དེ་གཉིན་པོ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱིས་དག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་འདྲའི་རྩི་མ་དེ་གཉིན་པོ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱིས་དག་པར་ཁས་སྒྲངས་ན་སྒྱུ་ན་གང་ཡང་མེད་པའི་

ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་ཁས་ཐུངས་ན་རྣམ་མཐུན་གྱི་སྤྱིང་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་  
 རང་ཉིད་གྲུབ་ཅམ་ཉིད་ནས་བདེན་པར་མེད་པའི་ངོ་པོར་མ་གྲུབ་པའི་སྒྲིན་འབྲུང་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ཡང་། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཞེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་  
 ཞེས་པའི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབད་ཚྱལ་ལ་སྒྲོས་པ་མེད་པར་ལྷན་  
 གྲུབ་རྒྱུ་མི་ཆད་དུ་འདུག་པས་ན་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་ཟེར་བ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེའི་ཆོག་ཟུར་དུ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སྒྲོ་བུར་གྱི་དྲི་མ་ལ་ཉོན་སྒྲིབ་དང་ཤེས་སྒྲིབ་གཉིས་བཞག་ནས་དེ་གཉིས་གཉེན་  
 པོའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་རྣམ་པར་དག་པས་ན་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཟེར་བ་ཡིན་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་གྱི་མཚན་གཞི་ཞིག་འདྲིལ་རྒྱུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་གྲུབ། སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཆར་གྱུར་པའི་ངོ་པོ་ཉིད་སྒྲི་ཆོས་ཅན།  
 དེ་ཆོས་ཅན། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མི་གནས་པའི་བྱང་  
 འདས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་མ་བྱུང་། མ་རྒྱབ་ན། མི་གནས་པའི་བྱང་འདས་ཆོས་ཅན། ལྷན་  
 གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲིལ་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷན་གྱིས་  
 གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉེན་པོའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་གསར་དུ་ཐོབ་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྒྱབ་པར་ཐལ། ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པ་སྒྲོ་བུར་རྣམ་དག་གི་ཡོན་ཏན་  
 ཡིན་ན། གཉེན་པོའི་སྒྲོབས་ཀྱིས་གསར་དུ་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པས་རྒྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 རྒྱབ་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། འབད་ཚྱལ་ཉེ་བར་ཞི་བའི་ཡོན་ཏན་ཡིན་པས་རྒྱབ་པའི་ཕྱིར།

༡༥༥ གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་  
 གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
 ཆོས་ཅན། སྤྱི་དོན་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་གསུམ་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་ཆོས་ཅན།



སྐྱབས་གསུམ་སྐྱབས་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ཅོས་འདྲིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཉིས་ཡོད་  
 ལགས། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། གཉིས་པོ་ཅོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གསུང་རབ་ལས་སྐྱབས་གསུམ་ནམ་པར་གཞག་པའི་དགོས་  
 པལ། སྐྱབས་གསུམ་གྱི་དོ་པོ་ཅོས་བཟུང་བ་བཅས་གཉིས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་གསུམ་ཅ་བའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐྱབས་  
 འདྲིན་མཐའ་དབྱུང་པ་ལ་ཁྱ་ཡོད་དེ་ཞེས་པའི་སྐྱབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་བྱང་པར་ནི། ཞེས་པའི་སྐྱབས་ནས་བསྟན་  
 པའི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་གཉིས་མེ་མེ་ནས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཅ་ཤེས་དང་རྒྱུད་ཐུའི་འགྲེལ་ཆེན་མོ་གསུམ་ནས་བསྟན་པ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་  
 བསྟུས་པའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་  
 སས་བསྟུས་པའི་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་འདྲིན་ལགས།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྒྱུད་ཐུའི་འགྲེལ་ཆེན་ནས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དང་སྐྱབས་འདྲིན་ཅ་ཤེས་  
 གསུངས་པའི་འདུས་བྱས་གཉིས་དོན་མི་གཅིག་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མི་གཅིག་པར་ཐལ། རྒྱུད་  
 ཐུའི་འགྲེལ་ཆེན་ནས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དེ་ལས་ཉོན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་པ་གང་ཞིག ཅ་  
 ཤེས་བཤད་པའི་འདུས་བྱས་དེ་རྒྱ་ཁྱེན་གྱིས་འདུས་བྱས་པ་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མི་  
 བཤད་ན། ཁོངས་སྐྱུ་དང་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ལམ་གྱི་བཟོད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འདུས་བྱས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན།  
 ཁྱིད་གྱིས་གོང་དུ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་བསྟུས་པའི་འདུས་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐྱབས་  
 དང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སས་བསྟུས་པའི་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཐམས་ཅད་འདུས་མ་བྱས་ཀྱི་སྐྱབས་སུ་བཤད་  
 ཅེས་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐྱབས་ཡིན་ཞེས་བཤད་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད།

ཅ་པའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། རོན། ཅ་བ་ནས་གསུམ་པ་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་  
 པར་ནི། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཀུན་རྫོབ་དང་དོན་དམ་པའི་སྐབས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འཛིག་ཏུ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་པོའི་གནས་ཚུན་ལ་བཞུད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་  
 སྐབས་དེ། དོན་དམ་པའི་སྐབས་དང་། དེ་མཐར་མ་ཐུག་པའི་སྐབས་དེ་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་  
 ཡིན་པས་ཁྱད་པར་འབྱེད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སྟོན་ཤེད་ཀྱི་རྒྱུད་ཐ་མའི་ཆོག་  
 གྱི་དོན་དུ་དངས་པ་ལྟར་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་ཀུན་རྫོབ་པའི་  
 སྐབས་སྟོན་ཤེད་ཀྱི་ཆོག་ནི། སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཕྱིར། མེད་ཕྱིར་འཛིགས་  
 དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཆོས་རྣམས་གཉིས་དང་འཕགས་པའི་ཆོགས། གཏན་གྱི་སྐབས་  
 མཆོག་མ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་སོགས་དང་། དོན་དམ་པའི་སྐབས་སྟོན་ཤེད་ཀྱི་ཆོག་ནི། དམ་  
 པའི་དོན་དུ་འགྲོ་བ་ཡི། སྐབས་ནི་སངས་རྒྱས་ཉག་གཅིག་ཡིན། རྒྱུ་བ་པ་ཆོས་ཀྱི་སྐྱུ་ཅན་  
 ཕྱིར། ཆོགས་ཀྱང་དེ་ཡི་མཐར་ཐུག་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སྤང་ཕྱིར་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཕྱིར། ཞེས་སོགས་ཀུན་རྫོབ་པའི་སྐབས་སྟོན་ཤེད་ཀྱི་ཅ་ཆོག་  
 སྐབས་སུ་གྱི་དོན་དུ་སྦྱོར་འགོད་མི་འདྲ་བ་བཞི་བཀོད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སྦྱོར་འགོད་དེ་དག་རིམ་པ་བཞིན་འགོད་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྷང་  
 བེ་ཆོས་འཁོར་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། དོན་མངོན་པར་རྟགས་པ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་ཆེ་གཟིངས་ལྟར་སྤང་བར་བྱ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷང་འཕགས་  
 ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་  
 མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དམན་པའི་ལྷག་མེད་ལྷང་འདས་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། ལྷག་  
 ཀུན་མེད་པ་ཅམ་གྱིས་རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་ཕྱིར། ཉན་རང་དག་བཅོམ་ཆོས་ཅན། དོན་དམ་  
 པའི་སྐབས་མ་ཡིན་ཏེ། ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་འཛིགས་པ་དང་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྦྱོར་  
 འགོད་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ལྷང་གི་ཆོས་འཁོར་སོགས་དོན་དམ་པའི་

སྐྱབས་མ་ཡིན་པར་སྟོན་པའི་རྒྱུ་ལྟེང་ཅ་ཆོག་གི་ཆོག་ཟིན་གྱི་སྤང་བྱེད་ཞེས་པའི་ཐད་ཀྱི་སྦྱོར་འགོད་  
 དེ་བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་པའི་  
 སྐྱབས་མ་ཡིན་ཏེ། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར།  
 ཞེས་པ་དེ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡིན་པའི་བྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱི་བདག་  
 མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པའི་སྐྱབ་བྱེད་དུ། མ་རིག་  
 བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལ་བརྟེན་དགོས་པས་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་པ་དེ་བཞོད་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཡིན་པའི་བྱིར། མ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་དེ་ངོས་བཟུང་ནས་བྱང་འཕགས་  
 ཀྱི་རྒྱུ་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ། དེ་ལ་བརྟེན་ཚུལ་ཞིག་མེད་པའི་བྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ཞེས་པའི་སྐྱབས་ཀྱི་  
 མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་དེ་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་འཛོག་དགོས། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུ་  
 ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་དེ་དེ་ལ་བརྟེན་ཚུལ་ནི། བྱང་སེམས་  
 འཕགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱི་བདག་མེད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་རང་རྒྱུ་ལ་ལྷན་པའི་  
 གང་ཟག་དེས་མ་རིག་བག་ཆགས་ཀྱི་ས་ཤེས་སྒྲིབ་སྤངས་མེད་པས་དེ་དེ་ལ་བརྟེན་ཞེས་བཤད་  
 པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་པའི་སྐྱབས་ནས་  
 བརྟན་པའི་བསྐྱུ་བ་དེ། ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་ཡིན། རྫོང་སྤྱི་གཞིགས་ངོར་སྤང་ཚུལ་དང་གནས་  
 ཚུལ་གཉིས་མི་མཐུན་པ་སྟེ་སྤང་གནས་མི་མཐུན་པ་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་  
 དང་རོན་དམ་པ་བདེན་པ་གཉིས་སུ་བྱེ་བའི་ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་ལྟར་ན། སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་པའི་ཀུན་རྫོག་གི་ཆོས་ནམས་ཆོས་ཅན། རོན་དམ་  
 པའི་སྐྱབས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟེན་པ་བསྐྱུ་བའི་ཆོས་ཅན་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། འབྲུག་པ་མ་བྱུང་། མ་  
 འབྲུག་ན། དེ་འདྲ་དེ་ཀུན་རྫོག་བདེན་པ་ལ་གོ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 མ་ཡིན་ན། དེ་གང་ལ་གོ་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་བྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྫོང་སྤྱི་གཞིགས་

ཚུལ་དང་དངོས་ཡོད་གནས་སྐྱངས་གཉིས་མི་མཐུན་པ་སྟེ་སྐྱང་གནས་མི་མཐུན་པ་ལ་གོ་བྱ་  
 ཡིན་ལགས། གཞན་ཡང་། རོན་དམ་པའི་སྐྱབས་སྟོན་གྱི་ཚུད་ཟླ་མའི་ཆོག་གི་སྐབས་སུ་སྐྱབས་  
 ནི་སངས་རྒྱལ་ཉག་གཅིག་ཡིན། ཁྱེས་པས་སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ཁོ་ན་ཐར་འདོད་ནམས་ཀྱི་སྐྱབས་  
 གནས་ཡིན་པར་བརྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན། ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་སྐྱབས་  
 གནས་ཡིན་ན། སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ཁོ་ན་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་གོང་དུ་སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ཁོ་ན་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་སྐྱབས་གནས་ཡིན་པ་  
 ཁས་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུག་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན། ཚུད་ཟླ་མ་ལས། སྐྱབས་ནི་སངས་རྒྱལ་  
 ཉག་གཅིག་ཡིན། ཁྱེས་པའི་ཆོག་ཟུར་གྱི་ཉག་གཅིག་ཅེས་པས་སངས་རྒྱལ་དཀོན་མཆོག་ལས་གཞན་  
 པའི་ནང་པ་སངས་རྒྱལ་པའི་སྐྱབས་མེད་པ་བརྟན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 དེའི་ཆོག་ཟུར་དུ་ཉག་གཅིག་ཅེས་སྟོས་པ་ལ་དགོས་པ་དམིགས་བསལ་བ་གང་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྱུབ། ཡོད་ན། དེ་ལྟར་སྟོས་པའི་དགོས་པ་གསུང་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྱུབ། ལམ་གྱི་བགོད་པ་མཐར་མ་ཕྱིན་པའི་གནས་སྐབས་ཀྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་  
 གྱི་རིགས་བཅད་པའི་ཆེད་དུ་ཉག་གཅིག་ཅེས་སྟོས་པ་ཡིན་ལགས།



## ༡༡། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་བཙུན་འགྲུས་ གསུམ་སྒྲོར་གྱི་བལ་ཕྱེང་།

༡༡། ༡༥ ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། ཁྱེས་གསུངས་སོ། ཁྱེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་བལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་བལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གཞུང་ཆེན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལམ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་བཙུན་འགྲུས་གསུམ་བཤད་པའི་སྐབས་  
ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། ཁྱེས་གསུངས་སོ། ཁྱེས་  
པའི་གཞུང་དེའི་ཆོག་སྲ་མངོས་བཟུང་ནས་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཉིད་བརྟན་བཙུན་སྤྱོད་ལ་པ་ལ། མ་ཁྱེས་ཡོངས་སུ་  
མི་ངལ་དང་། ཁྱེས་པ་དེའི་ཆོག་སྲ་མ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། མ་ཁྱེས་ཡོངས་སུ་  
མི་ངལ་དང་། ལམ་ནི་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་། ཁྱེས་པའི་སྐབས་སུ་བཙུན་འགྲུས་གསུམ་བརྟན་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། བཙུན་འགྲུས་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་མ་ཞེན་  
པའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། སྤྱི་ལུག་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་པའི་བཙུན་  
འགྲུས། བདག་ཉིད་ལ་བརྟན་པའི་ལེ་ལོའི་གཉེན་པོར་ལམ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བཙུན་  
འགྲུས་དང་གསུམ་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་གསུམ་པོ་ཆོས་ཅན། བཙུན་འགྲུས་གསུམ་ཡིན་པར་བལ།  
འདོད་ལགས། མ་ཡིན་པར་བལ། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་ངོ་པོ་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་

ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་དོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་  
ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་ཡིན་ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བའི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་པ་ཆོས་  
ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་སྒྲོར་ལམ་པ་དེ་  
དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
བྱུང་བ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་  
ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་དེ། དེ་  
སྐྱབ་ཀྱི་ཉགས་ཡང་དགག་མཚན་ཉིད་དུ་བཞག་པ་ལ། བྱས་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱེ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་  
ཁོལ་ཡང་དག་སྒྲིན་དུ་འཕེན་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། འཁོར་  
གསུམ། དེའི་སྒྲིན་དུ་བྱས་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱེ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ཁོལ་ཡང་དག་འཕེན་པར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་འཕེན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་དཀའ་འགྲེལ་  
དགོངས་པ་རབ་གསལ་ལས། དང་པོ་མི་འཐད་དེ། བྱས་ཉགས་ཀྱིས་སྐྱེ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཕྱི་ཁོལ་  
རྣམ་དགག་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་སྐྱེ་མི་ཉག་པར་སྐྱབ་པའི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར།  
འོ་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ཚུལ་གསུམ་  
ཆད་མའི་སྟོབས་ཀྱིས་ངེས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
དེས་ན་དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དམིགས་པ་  
དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། མཚུངས་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། གོང་གི་ཐེག་ཆེན་སྒྲོར་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པར་

ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པ་  
 མངོན་པར་སྒྲོ་བ་དེ། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་རྩོམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྟུན་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འདམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྣམ་པ་ལ་ཤར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 བྱང་རྒྱལ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དང་པོ་ནི། དམིགས་པ་དགེ་བ་ལ་དམིགས་ནས་རྣམ་པར་མངོན་  
 པར་སྒྲོ་བ་སྟེ། སྒྲིད་འདུག་ལས། བཙུན་གང་དགེ་ལ་སྒྲོ་བའོ། །ཞེས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 བྱལ་པ་མ་བྱུང་། ལམ་རིམ་ཆེན་མོའི་ཡུང་དེའི་དོན་ནི། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་རྩོམ་ལ་དམིགས་  
 རྣམ་གྱི་བྱུང་པར་དེ་དང་ལྡན་པ་ཞིག་དགོས་པར་བརྟན་པ་ཅམ་ལས། དེ་བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་  
 འདོད་ཀྱི་ལྟ་བུར་གསུངས་པ་མིན་ལགས། འོ་ན། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མེད་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་  
 དགེ་བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་གིང་རྣམ་པ་མངོན་པར་སྒྲོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་ན།  
 བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱལ་འཕགས་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཆོར་བ་བདེ་བ་ཆོས་ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། བཙུན་  
 འགྲུས་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲའི་ཆོར་བ་ཆོས་ཅན།  
 མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་བའི་ཆོས་ལ་དམིགས་པ་གང་ཞིག་སྒྲོ་བའི་རྣམ་པ་ཅན་ཡང་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཞི་གྲུབ་ན། དེ་འདྲའི་ཆོར་བས་དམིགས་པས་བྱལ་པ་གང་ཞིག་དེ་འདྲའི་ཆོར་བ་ལ་  
 རྣམ་པ་ཤར་བས་ཀྱང་བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པའི་ཕྱིར། ཆར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་ཆོར་བ་ཆོས་ཅན།  
 མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་ཆོས་ཅན། བཙུན་འགྲུས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོར་བ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་ན། འགལ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་འགལ་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། ལས་དང་ཉོན་མོངས་གཉིས་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པས་དེ་གཉིས་འགལ་དགོས་ཀྱང་སྒྱུར་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་ཅམ་གྱིས་འགལ་མི་དགོས་སོ། གཞན་ཡང་། བརྩོན་འགྲུས་ཡིན་ན། སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། མཆོན་ཉིད་དེ་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལུས་དང་ངག་གི་བརྩོན་འགྲུས་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། གཞུང་ལས་ལུས་ངག་གི་བརྩོན་འགྲུས་བཤད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་རྒྱུའི་མིང་འབྲས་བུ་ལ་བརྟགས་པ་ཡིན་ལགས།

༡༥ རྒྱུ་བའི་དོ་པོ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བརྩོན་འགྲུས་གསུམ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་བརྩོན་འགྲུས་གསུམ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མ་ཞེན་པའི་བརྩོན་འགྲུས། ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བའི་བརྩོན་འགྲུས། ལམ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བརྩོན་འགྲུས་གསུམ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་རེ་རེ་ནས་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བྱང་ཆེན་ལུས་མི་དམིགས་པ་དང་ངག་མི་དམིགས་པ་དང་། སེམས་མི་དམིགས་པ་དེའི་ཆེ། བྱང་ཆེན་ལུས་དང་ངག་དང་ཡིད་ཀྱི་གནས་ངན་ལེན་ཡོངས་སུ་སྦྱོང་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པ་དང་པོ་སྟོན་བྱེད་དང་། བྱང་

ཆེན་གཟུགས་སུ་མི་ཚྲོམ་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། སུས་ཀྱང་ཐུབ་པ་མ་ཡིན་ནོ། ། ཞེས་པ་  
གཉིས་པ་སྟོན་བྱེད་དང་། བྱང་ཆེན་ཡེ་ཤེས། ཞེས་པ་ནས། དེ་བཞིན་གཤེགས་པ་ཞེས་  
སྒྲིགས་གསུམ་པ་སྟོན་བྱེད་ཡིན་ནོ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་བསྟན་བཅོས་སུ་འགྲེལ་པའི་  
ཆོག་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མ་ཞེན་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་དང་། ། ལམ་  
ནི་ཡོངས་སུ་འདོན་པ་དང་། ། ཞེས་པའི་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཙུན་འགྲུས་  
གསུམ་པོ་གདམས་པའི་དགོས་པ་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྟོན་གསུམ་  
གྱི་བྱ་བ་ཐལ་པ་ལ་ཞེན་པའི་ལེ་ལོ་སེལ་བྱེད་དུ་དེའི་གཉེན་པོར་མ་ཞེན་པའི་བཙུན་འགྲུས་  
ལ་གདམས་པ་དང་། རྒྱུད་ལུག་པའི་ལེ་ལོ་སེལ་བྱེད་དུ་དེའི་གཉེན་པོར་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་  
པའི་བཙུན་འགྲུས་ལ་གདམས་པ་དང་། རྒྱུབ་པ་རྒྱ་ཆེན་པོ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་འགལ་རྒྱུན་  
ལེ་ལོ་སེལ་བྱེད་དུ་དེའི་གཉེན་པོར་ལམ་ཡོངས་སུ་བཟུང་བའི་བཙུན་འགྲུས་ལ་གདམས་པ་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཙུན་འགྲུས་གྱི་མཆན་ཉིད་ངོས་བཟུང་ནས་བཙུན་འགྲུས་ལ་  
གསུམ་དུ་གངས་ངེས་རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་བའི་བྱ་བ་ལ་དམིགས་  
ནས་སེམས་མངོན་པར་སྟོན་པའི་རྣམ་པ་ཅན་གང་ཞིག བྱེད་ལས་དགེ་བ་ཡོངས་སུ་རྒྱུབ་པར་  
བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ་བཙུན་འགྲུས་གྱི་མཆན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་  
རྒྱལ་ནི། ལེ་ལོ་ལ་སྤྱི་བཤོལ་གྱི་ལེ་ལོ་དང་། བྱ་བ་ངན་ཞེན་གྱི་ལེ་ལོ་དང་། རྒྱུད་ལུག་  
པའི་ལེ་ལོ་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པའི་ཕྱིར། དེའི་གཉེན་པོ་ལའང་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་  
པའི་ཕྱིར་རོ། འཁོར་གསུམ། གངས་ངེས་དེ་མི་འཐད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འཐད་  
པར་ཐལ། བཙུན་འགྲུས་ལ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། སྟོར་བའི་བཙུན་འགྲུས། མི་འགོང་པའི་  
བཙུན་འགྲུས། མི་ལྡོག་པའི་བཙུན་འགྲུས། ཆོག་པར་མི་འདོན་པའི་བཙུན་འགྲུས་དང་ལྔ་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་རྩྭ་ཡོད་པ་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀུན་བདུས་ལས། བཙུན་འགྲུས་གང་ཞེ་ན། གོ་  
ཆ་དང་། སྟོར་བ་དང་། མི་འགོང་བ་དང་། མི་ལྡོག་པ་དང་། ཆོག་པར་མི་འདོན་པ་ལ་སེམས་མངོན་

བར་སྤྱོད་བ་སྤྱོད། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུངས་པའི་སྤྱིར། འོ་ན། བཙུན་འགྲུས་ལ་དབྱེ་བ་ལྟ་  
 ཡོད་པ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བཙུན་འགྲུས་  
 ལ་ལྟ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བཙུན་འགྲུས་  
 ལ་གསུམ་དུ་དབྱེ་ཚུལ་དེ་པམ་ཆེན་བསོད་ནམས་གཤམ་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྤྱི་དཔལ་བཟང་  
 པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་  
 རྟགས་ལྟོས་པའི་སྤྱི་རྟགས་ལྟོས་པའི་སྤྱི་རྟགས་ལྟོས་པའི་སྤྱི་རྟགས་ལྟོས་པའི་སྤྱི་རྟགས་ལྟོས་པའི་སྤྱི་  
 སྤྱི་དཔལ་པའི་ལེ་ལོའི་གཉིན་པོར་ཡོངས་སུ་མི་ངལ་བའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། བདག་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་  
 ལེ་ལོའི་གཉིན་པོར་ལམ་ཡོངས་སུ་འཛིན་པའི་བཙུན་འགྲུས་གསུམ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། བྱ་བ་  
 བ་མ་བྱུང་། དེ་བྱ་བ་པར་ཐལ། མ་བྱ་བ་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 རང་རེའི་ཡིག་ཆ་ནས་གསུངས་ཚུལ་དེ་ནི། སྤྱིར་ལེ་ལོ་ཐམས་ཅད་རིགས་ཅན་གསུམ་གྱི་  
 རང་དུ་འདུ་བའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དེའི་གཉིན་པོར་བཙུན་འགྲུས་གསུམ་དུ་གངས་ངེས་པའི་  
 དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་དང་། ཀུན་བདུས་ཀྱི་གསུངས་ཚུལ་དེ་ལས་ཅུང་ཟད་རྒྱས་  
 བར་བྱས་ཏེ་གཙོ་བོར་དགེ་བ་ལ་སྤྱོད་པ་མི་ཉམས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་གསུངས་པ་ཡིན་ཏེ།  
 བསམ་པའི་སྤྱོད་ནས་མངོན་པར་སྤྱོད་པ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས། སྤྱིར་བས་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
 ལ་སྤྱོད་པ་སྤྱིར་བའི་བཙུན་འགྲུས། དགེ་བ་སྤྱིས་པ་ན་སེམས་མི་ཞུམ་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་  
 མི་དགོང་བའི་བཙུན་འགྲུས། བདག་དམན་པར་བཟུང་ནས་སེམས་ཞུམ་པ་མེད་པའི་སྤྱོད་པ་  
 གཞན་གྱིས་སྤྱོད་པ་ལ་མི་སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ཏེ་མི་སྤྱོད་པའི་བཙུན་འགྲུས། མ་ཉམས་པ་མཐར་  
 སྤྱིན་པར་བྱེད་པའི་དབང་དུ་བྱས་ནས་དགེ་བ་ཅུང་ཟད་ཙམ་གྱིས་ཆོག་མི་འཛིན་པ་ལ་མངོན་  
 བར་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་ཆོག་མི་ཤེས་པའི་བཙུན་འགྲུས་དང་བཅས་དབྱེ་བ་ལྟ་མཛད་པ་ཡིན་ནོ། །

## ༡༡༥། སྐྱོན་སྐྱབས་དང་པོ་ལས་སྐྱོན་ལྗོངས་ སྐྱོར་གྱི་ཐལ་ཐེང་།

༡༡༥། ༡༥ ལྟེ་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད་འཛིན་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐུན་ལྗོངས་  
པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་ལུ་ལྟ་བུར་པའི་སེམས་ཅན་འཆི་འཕོ་བ་དང་སྐྱེ་བ་ཅི་རིགས་པ་མཐོང་  
བ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་ཡིད་སློ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ལྟེ་སྐྱོན་གྱི་མཚན་ཉིད་  
ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། དེ་ཡིན་ལ་ལྟེ་སྐྱོན་མ་ཡིན་པའི་མུ་མེད་པར་ཐལ། འདྲོད་  
ལགས། དེ་ཡིན་ལ་ལྟེ་སྐྱོན་མ་ཡིན་པའི་མུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
ཉན་ཐོས་དག་བཙུང་པའི་རྟགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྟེ་སྐྱོན་དེ་  
དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ལྟེ་སྐྱོན་  
མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟེ་སྐྱོན་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་རྒྱ་  
སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཙས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཙས་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་དག་བཙུང་པའི་རྟགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་མཐོང་  
ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་དགེ་བ་ཟག་བཙས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་  
ལ་ཟག་བཙས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་དག་བཙུང་པའི་རྟགས་པ་ཐོབ་  
ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྩལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དག་བཙུང་པའི་  
རྟགས་པ་ཐོབ་པ་ལ་ཟག་པ་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དག་བཙུང་  
པའི་རྟགས་པ་ཐོབ་པ་ལ་ཉོན་ལྷོ་སྤང་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྩལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྩལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ།  
ཉོན་ལྷོ་སྤངས་ན་ཟག་པ་སྤངས་པས་རྩལ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྩལ་པར་ཐལ། སྐྱོན་  
ཐེག་པའི་སྐྱབས་འདིར་ཟག་པ་དང་བཙས་མ་བཙས་དེ། ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ་དང་བཙས་མ་བཙས་

ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་དང་བཅས་ན་ཟག་པ་དང་བཅས་  
 པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་  
 སོང་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཟག་པ་དང་མ་བཅས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་བཅས་པར་ཐལ། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཟག་པ་དང་མ་བཅས་པ་གང་ཞིག་ ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་ཟིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཟིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཟག་པ་དང་མ་བཅས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཤེས་སྒྲིབ་དང་བཅས་ན། ཟག་པ་དང་བཅས་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཟག་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་དེ་ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ་དང་བཅས་མ་བཅས་ལ་  
 བྱེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཉོན་སྒྲིབ་སྤངས་ན། ཟག་པ་སྤངས་པས་  
 བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་པའི་བྱང་  
 སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཟག་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་  
 སྤྱན་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིབ་སྤྱན་ཆོས་  
 ཅན། རང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྒྲིབ་སྤྱན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱུང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།  
 བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། སྒྲིབ་སྤྱན་ཡིན་ན། རང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་  
 ལས་བྱུང་བས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། སྒྲིབ་སྤྱན་དང་སྒྲིབ་མེད་མེད་ཀྱི་  
 ཤེས་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་འཐད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་འཐད་པ་  
 དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་པོས་དྲན་མས་གསུངས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྤྱི་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཕར་ཕྱིན་སྒྱུ་དོན་ཡུམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས། འོ་ན། སྒྲིབ་སྤྱན་དང་སྒྲིབ་མེད་མེད་ཀྱི་ཤེས་གཉིས་ལ་བྱེད་པར་ཅི་ཡོད་  
 ཅེ་ན། བྱེད་པར་ཡོད་དེ། སྒྲིབ་སྤྱན་ནི་རང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་  
 བྱུང་ཞིང་སྒྲིབ་མེད་མེད་ཀྱི་ཤེས་ཞི་ཆེ་འདིར་བསམ་གཏན་གོམས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་ཏེ།

ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ལྷའི་ཐུན་དང་ལྷའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་  
 གཉིས་ཀྱི་བྱང་པར་འབད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ལྷའི་ཐུན་ཡིན་ན། རང་རྩ་སྤྲོན་གྱི་  
 ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པས་བྱང་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་  
 ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྤྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་པེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྩུད་ཀྱི་ལྷའི་  
 ཐུན་ཆོས་ཅན། རང་རྩ་སྤྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། དེ་ཆོས་ཅན། དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་  
 ལས་བྱང་བ་མ་ཡིན་ན། ལྷའི་ཐུན་མ་ཡིན་པས་བྱང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན།  
 སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྩུད་ཀྱི་ས་བསྐྱུས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐུན་ཆོས་ཅན། རང་རྩ་སྤྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་  
 དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སངས་  
 རྒྱུ་ཀྱི་སའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐུན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྷར་བྱང་པ་དེ་ཡང་བཅོམ་བཤོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་སྤེལ་པའི་བཟང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྤྲོན་མེ་ལས། ཐུན་ལྷ་པོ་འདི་དག་ལ་སྤོབ་ལམ་ན་སོ་སོར་ངེས་པར་བཤད་ཅིང་། སངས་  
 རྒྱུ་ཀྱི་སར་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཐུན་གཅིག་ཉིད་ཐུན་ལྷ་ཀར་འཛོག་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལྷའི་ཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན།  
 ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྩ་སྤྲོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱང་བ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདྲོད་ལགས། འདྲོད་མི་རིགས་ཏེ། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་ས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར་རོ། །



## ༡༡། སར་སྤྱོན་སྐབས་དང་པོ་ལས་མངོན་ཤེས་ སྐྱོར་གྱི་བལ་ཕྱེང་།

༡༡། ༡༥ རང་གི་ལུགས་ནི་མངོན་ཤེས་དུག་ཀ་ཡིད་ཤེས་སུ་རྒྱུ་བཤད་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་  
བྱ་སྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་  
དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རང་ལུགས་ལ་མངོན་  
ཤེས་དུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡིད་ཤེས་ཡིན་དགོས་པར་བལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་དགོས་པར་  
བལ། དང་པོར་མངོན་ཤེས་དུག་པོ་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྩ་  
འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས། ལྟའི་རྒྱ་བའི་མངོན་ཤེས། གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས།  
སྤྱོན་གནས་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་མངོན་ཤེས། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་  
ཤེས་བཅས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། དེ་དག་སྤྱི་རིམ་ལ་བྱུང་བར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་  
མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཡོད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་གྲུབ། རང་གི་རྒྱུད་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་  
གཞི་ཐོབ་པ་གཞིར་བཅས་པའི་སྤྱོན་མེ་ནས་མངོན་ཤེས་དུག་སྟོགས་རང་རྒྱུད་ལ་སྤྱི་བ་ཡིན་ལགས།  
འོ་ན། མངོན་ཤེས་དུག་པོ་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་ཀྱིས་བསྟན་ཚུལ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོར་མདོས་བསྟན་ཚུལ་ནི། ཡུལ་འདི་ལ་སྦྱོད་པའི་  
བྱང་ཆེན་མངོན་པར་ཤེས་པའི་ཕ་རོལ་དུ་སྤྱོན་པ་རབ་དུ་འཐོབ་སྟེ་རྩ་འབྲུལ་གྱི་རྒྱུ་བ་དུ་  
མ་ཉམས་སུ་སྦྱོང་བར་བྱེད་དོ། དེ་ནི་ས་ཆེན་པོ་འདི་རབ་དུ་གཡོ་བར་བྱེད་དོ་གཅིག་དུ་  
གྱུར་ནས་མང་པོ་གྱུར་དོ། ཞེས་སྟོགས་ཀྱིས་མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལ་གདམས། དེ་ལྟའི་རྒྱ་  
བའི་ཁམས་རྒྱུ་བར་དག་པ་མི་ལས་འདས་པས་ལྟ་དང་མི་གཉིས་ཀའི་སྒྲ་ཐོས་ཏེ་ཞེས་སྟོགས་  
ཀྱིས་མངོན་ཤེས་གཉིས་པ་ལ་གདམས། དེས་སེམས་ཅན་ཕ་རོལ་དང་གང་ཟག་ཕ་རོལ་གྱི་



མེས་མེས་ཀྱིས་ཡང་དག་པར་ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་དུ་རབ་དུ་ཤེས་སོ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་  
 ཤེས་གསུམ་པ་ལ་གདམས། དེ་སྡོན་གྱི་གནས་ཤེས་སུ་བྱེད་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པས་སྦྱི་  
 བ་གཅིག་གྱུང་ཤེས་སུ་བྱེད་ནི་གཉིས་དང་གསུམ་ནས་བརྒྱ་ལྷོད་གི་བར་དུ་ཡང་ཤེས་སུ་བྱེད་  
 ནི་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་ཤེས་བཞི་པ་ལ་གདམས། དེ་ལྟའི་མིག་ནམ་པར་དག་པ་མི་ལས་  
 འདས་པས་མེས་ཅན་འཆི་འཕོ་བ་དང་། སྦྱི་བ་དང་། ཁ་དོག་སྒྲུག་པ་དང་། མི་སྒྲུག་པ་  
 དང་། མེས་ཅན་སྒྲུག་པ་དང་། མི་སྒྲུག་པ་དང་། བཟང་བ་དང་། ངན་པ་དང་། ལས་  
 ཇི་ལྟ་བུ་བཞིན་བདེ་འགྲོ་དང་ངན་འགྲོར་ཉེ་བར་འགྲོ་བ་ནམས་ཤེས་ཏེ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་  
 ཤེས་ལྟ་བུ་ལ་གདམས། དེ་མི་སྦྱི་བ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་  
 དུ་སྒྲུབ་སྟེ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་སའམ་རང་རྒྱས་ཀྱི་སར་མི་སྒྱུར་ཞིང་བླ་མེད་རྫོགས་བྱུང་དུ་མངོན་  
 པར་རྫོགས་པར་འཆང་བྱ་བར་བྱའོ་སྙམ་པ་མ་གཏོགས་ཆོས་འགའ་ཡང་སྒྲོན་པར་མི་བྱེད་  
 དེ་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་མངོན་ཤེས་དུག་པ་ལ་གདམས་པ་ཡིན་ཏེ། ཐ་སྙད་དུ་མངོན་ཤེས་དུག་  
 གིས་ཡུལ་གཟིགས་པའི་རྣམ་མཐུ་བསྟན་ནས་དོན་དམ་པར་རང་བཞིན་མེད་ཅེས་འདོམས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསྟན་བཅོས་ལས་གདམས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསྟན་བཅོས་ལས་བསྟན་ཚུལ་ཡང་ཡོད་དེ། རྒྱན་ཅ་བར་མངོན་ཤེས་  
 ཀྱི་ཞེས་སོགས་དང་། འབྲེལ་པར། མདོ་དང་པོ་འཆད་པ་ལ་རྩ་འཕྲུལ་དང་སྒྲ་གཡོ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ཞེས་དང་། མདོ་གཉིས་པ་འཆད་པ་ལ་ལྟའི་ན་བ་དང་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁྲམས་ཐམས་  
 ཅད་ན་གནས་པའི་སྒྲ་ཆུང་དུ་དང་ཅིག་ཤོས་ཁོ་ནས་ཐོས་པ་དང་། མདོ་གསུམ་པ་འཆད་  
 པ་ལ་གཞན་གྱི་མེས་ཤེས་པ་དང་གཞན་གྱི་མེས་འདོད་ཆགས་དང་བཅས་པ་ལ་སོགས་པ་  
 ཡོངས་སུ་ཤེས་པ་དང་། མདོ་བཞི་པ་འཆད་པ་ལ་སྡོན་གྱི་གནས་ཤེས་སུ་བྱེད་པ་དང་། ཞེས་  
 དང་། མདོ་ལྟ་བུ་འཆད་པ་ལ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ལྟའི་མིག་དང་གཟུགས་  
 ཐམས་ཅད་མཐོང་བ་དང་། ཞེས་དང་། མདོ་དུག་པ་འཆད་པ་ལ་ཟག་པ་ཟད་པར་ཤེས་པའི་  
 མངོན་པར་ཤེས་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པ་ནམས་གཟོད་མ་

ནས་ནི་བཅིང་དུ་རྟོགས་པར་བྱའོ་ཞེས་སོགས་མདོ་དུག་པ་ལ་གདམས་པ་ཡིན་ནོ། མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། མངོན་ཤེས་དུག་པོ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་དང་སེམས་རྟེན་སོགས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མངོན་ཤེས་དུག་གི་ལུས་རྟེན་ནི་སྦྱོར་བྱུང་གིས་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་པའི་རྟེན་  
 གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོ་ལྷ་འདོད་པའི་རྟེན་ཅན་དང་། དུག་པ་ཁམས་གསུམ་ཀའི་རྟེན་  
 ལ་སྐྱེ་བ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་པ་རྒྱད་ལ་ལྷན་པའི་གང་ཟག་གི་དབང་དུ་བྱས་ན། དང་པོ་ལྷ་  
 གྱི་རྩལ་པའི་རྒྱད་ལའང་ཡོད་ལ། མངོན་ཤེས་དུག་པ་ནི་འཕགས་པ་ཁོ་ནའི་རྟེན་ལ་ཡོད་  
 ཅིང་། གཉིས་པ་སེམས་རྟེན་ནི། མངོན་ཤེས་དང་པོ་ལྷ་དག་པའི་བསམ་གཏན་བཞི་ལ་  
 བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་ལ། མངོན་ཤེས་དུག་པ་རབ་མཐའི་བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་བརྟེན་ནས་སྐྱེ་བ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། འོ་ན། སྐབས་འདིར་བརྟེན་པའི་ལྷའི་སྐྱེ་དང་ལྷའི་མངོན་ཤེས་གཉིས་ལ་བྱད་པར་  
 ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདི་གཉིས་ལ་བྱད་པར་ཡོད་དེ། ལྷའི་  
 སྐྱེ་ནི་རང་རྒྱ་སྟོན་གྱི་ལས་ཀྱི་དགེ་བ་ཟག་བཅས་ཀྱི་རྣམ་སྤྲིན་ལས་བྱུང་བཞིང་། ལྷའི་མིག་  
 གི་མངོན་ཤེས་ནི་ཆོ་འདིར་བསམ་གཏན་གོམས་པའི་སྟོབས་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར་རྟེ། ཉི་  
 སྤང་ལས། མིག་འདི་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་ནི་འདི་ཡིན་རྟེ། སྐྱེ་ལས་བསྐྱེས་པའི་ལྷའི་སྐྱེ་  
 གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ལ། མངོན་པར་ཤེས་པས་བསྐྱེས་པ་  
 འདི་ནི་བསམ་གཏན་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་དང་། འགྲེལ་པ་འདིར་  
 ཡང་། རྣམ་པར་སྤྲིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ལྷའི་དང་ཞེས་སོགས་གསུངས་པའོ། མངོན་ཤེས་  
 དེའི་བདག་རྟེན་ལ་བརྟེན་པ་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྷན་པའི་ཡིད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཞིག་  
 ལ་འཛིན་ལགས། དེ་གཉིས་ཀྱི་བྱད་པར་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༥ མངོན་ཤེས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། རང་རང་གི་བྱེད་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཇི་ལྟ་  
 བུ་ཞིག་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱོ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།

དེ་གཞུང་ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མངོན་  
 ཤེས་དྲུག་གི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་  
 ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མངོན་ཤེས་དྲུག་གི་ངོ་  
 སོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་ཤེས་རྣམས་ཀྱི་ངོ་བོ་དེ་ལྟར་  
 ཡིན་ན། རང་རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་ལུང་  
 གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མངོན་ཤེས་གང་ཞིག་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་  
 གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲུབ་བསྒྲུར་སྒྲ་ཚོགས་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་  
 ཏུ་ཕྱེ་བ་དེ། རྒྱ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་སོགས་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། མངོན་ཤེས་དེ་  
 དག་རང་རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞིག་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་ཤེས་དེ་དག་རང་རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་རྒྱ་ཇི་ལྟ་  
 བུ་ཞིག་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མདོ་ལྷེ་རྒྱན་ལས་  
 གསུངས་པ་ལྟར། རང་རང་གི་རྣམ་གནས་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་ལས་འབྱུང་བ་ཡིན་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་གནས་ཡིད་ལ་བྱེད་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་  
 ལུས་ཡང་བ་དང་འཇམ་པ་སོགས་སུ་མོས་པ་ལས་རྒྱ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། རྟོགས་  
 ཐམས་ཅད་སྒྲས་བྱུང་བར་མོས་པ་ལས་ལྟའི་རྣ་བའི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། བདག་གི་ལུས་ཀྱི་  
 རྣམ་འགྲུར་འདི་ལྟ་བུ་ལས་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་བ་བཞིན། གཞན་གྱི་འང་  
 ལུས་ཀྱི་རྣམ་འགྲུར་འདི་ལྟ་བུ་ལས་སེམས་ཀྱི་བྱེད་པར་འདི་ལྟ་བུ་འབྱུང་ངོ་ཞེས་མོས་པ་  
 ལས་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། རང་གི་ཡིད་ཤེས་འགག་མ་ཐག་པའི་མཚན་  
 མ་བཟུང་ནས་ལུགས་ལྡོག་ཏུ་ཉིང་མཚམས་སྒྲོར་བ་རྣམས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་རྣམ་གནས་ལས་  
 ལྡོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། རྟོགས་ཐམས་ཅད་སྒྲུང་བས་བྱུང་བར་མོས་  
 པ་ལས་ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ། ཚེས་ཐམས་ཅད་བདག་མེད་པར་མོས་པ་ལས་ཐག་  
 ཟད་གྱི་མངོན་ཤེས་འགྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མངོན་ཤེས་དྲུག་གི་ངོ་བོ་

རེ་རེ་ནས་འདྲི་གཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྐྱལ་བསྐྱར་སྣ་ཚོགས་མངོན་  
 སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ་དེ་རྩ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། མངོན་ཤེས་གང་  
 ཞིག་བདག་རྟེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་འདིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཀྱི་སྒྲ་ཕྱ་  
 རགས་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཆ་ནས་མངོན་ཤེས་སུ་བཞག་པས་རབ་དུ་སྤེལ་བ་དེ་ལྟའི་ན་  
 པའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྟེན་མིག་དབང་གཟུགས་  
 ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ཕྱ་རགས་བསམ་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་པའི་རིག་པ་དེ་ལྟའི་  
 མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། མངོན་ཤེས་གང་ཞིག་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་གཞན་  
 གྱི་སེམས་ལ་ཅི་མངོན་ཤེས་པ་དེ་གཞན་སེམས་ཤེས་པའི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། མངོན་  
 ཤེས་གང་ཞིག་རང་གི་ཆེ་རབས་སྒྲ་མ་རྗེས་སུ་དྲན་པ་དེ། སྟོན་གནས་རྗེས་དྲན་གྱི་མངོན་  
 ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་དང་། མངོན་ཤེས་གང་ཞིག་ཉོན་ཐྱིབ་སྤངས་པ་དེ། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་  
 ཤེས་ཀྱི་རོ་བོ་ཡིན་ལགས། དེ་དག་ནམས་ཆོས་ཅན། མངོན་ཤེས་དུག་གི་རོ་བོ་ཡིན་པར་བཤམ། འདྲོད་  
 ལགས། དེ་མི་འབྲད་པར་བཤམ། སྐྱལ་བསྐྱར་སྣ་ཚོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་ན།  
 རྩ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པ་དང་། རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་རྟེན་མིག་དབང་  
 གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ཕྱ་རགས་བསམ་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་པའི་རིག་པ་ཡིན་ན།  
 ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པ་གང་ཞིག་ལྟག་མ་ནམས་ལ་ཁྲུབ་པ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་མ་ཁྲུབ་པར་བཤམ། སྐྱལ་བསྐྱར་སྣ་ཚོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་  
 པ་ཡིན་ན། རྩ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པ་གང་ཞིག་རང་གི་བྱ་མོང་མ་ཡིན་པའི་བདག་  
 རྟེན་མིག་དབང་གཟུགས་ཅན་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཟུགས་ཕྱ་རགས་བསམ་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་པའི་  
 རིག་པ་ཡིན་ན། ལྟའི་མིག་གི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་ཀྱང་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན།  
 སྐྱལ་བསྐྱར་སྣ་ཚོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་ན། རྩ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པས་  
 ཁྲུབ་པར་བཤམ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྐྱལ་བསྐྱར་སྣ་  
 ཚོགས་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མིག་ཤེས་ཆོས་ཅན། རྩ་འཕུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པར་བཤམ། ཅིའི་

ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱུལ་བསྐྱར་སྣ་ཆོག་མངོན་སུམ་  
 དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱུལ་བསྐྱར་སྣ་ཆོག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རིག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མིག་ཤེས་ཀྱིས་སྤྱུལ་  
 བསྐྱར་སྣ་ཆོག་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཡོད་ན། བྱང་སེམས་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱུལ་བསྐྱར་སྣ་ཆོག་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་མིག་  
 ཤེས་ཆོས་ཅན། རྩ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་  
 ཐལ། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྩ་འབྲུལ་གྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མེད་  
 ཡེ་ཤེས་ལྷེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། འཁོར་གསུམ། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྷེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་གང་  
 རུང་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་  
 གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་ལྷེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་  
 མེ་ལས། སངས་རྒྱུ་ཀྱི་སའི་བླ་མེད་ཡེ་ཤེས་ལྷེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་བླ་མེད་  
 ཡེ་ཤེས་ལྷེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ལྷེ་ཆན་ཉེར་གཅིག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། དེ་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་དབང་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༩༥ བླ་མེད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་མངའ་པ་སྤྱར་དང་འདྲ་ཞིང་། ཉན་

ཐོས་དབང་བཅོམ་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ཀྱང་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་  
 རོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་རོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་རོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་  
 དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སར་ཕྱིན་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་  
 རོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་  
 ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐའ་དཔྱད་པའི་སྐབས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་འདི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཅིག་ཡོད་ལགས། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཅིག་  
 མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པོ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲིབ་པ་  
 འགོད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
 མ་ངེས་པ་སྐར་དང་འདྲ་ཞིང་། ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པའི་རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་མ་ངེས་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་རོན་གྲུབ་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཁོང་དུ་ཁ་  
 ཅིག་གིས། དེ་གཞིར་བྱས་ལ། སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་སྐངས་པའི་  
 གྲལ་བ་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཤེས་རབ་མཚུངས་ལྡན་དང་བཅས་  
 པ། རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དུ་བཞག་པ་ལྟར་ན། ཤེས་རབ་དེ་ཤེས་རབ་  
 དང་མཚུངས་ལྡན་མིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་སུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་  
 དེ། ཁོང་དུ་བཞག་པའི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པའི་  
 རྒྱ་རྒྱ་མངོན་ཤེས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་ཡང་  
 མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས། ཁོང་གི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་བསྟན་པས། ཁ་  
 ཅིག་གིས་བཞག་པའི་མཆན་མཆོན་ལ་བྱུང་པ་མ་ངེས་པར་བསྟན་པ་གཞུང་གི་རོན་ཡིན་ལགས།  
 གཞུང་རོན་དེ་ལྟར་ཡིན་ན། སྒྲིབ་གཉིས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་སྐངས་པའི་གྲལ་བ་གང་རུང་  
 མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་  
 བདེན་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་དགོས་པར་ཐལ། ཁ་ཅིག་གིས་མཆན་ཉིད་བཞག་པ་མི་འཐད་པ་

ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་  
 སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་། སྤངས་པའི་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་  
 པར་ལྡན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་དགོས་པར་ཐལ།  
 འདོད་པ་དེའི་ཕྱིར། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་ན། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **བྱུང་པ་**  
**མ་བྱུང་།** དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་  
 ཐབས་དང་། སྤངས་པའི་བྲལ་བ་མངོན་དུ་སུམ་དུ་ཤེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པ། ཟག་  
 ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་དོན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་  
 ཡང་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱུ་ལས། ཟག་པ་ཟད་པའི་མངོན་ཤེས་ནི་མཐུ་བྱད་པར་  
 ཅན་དང་ལྡན་ཏེ། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་། སྤངས་པའི་  
 བྲལ་བ་མངོན་དུ་ཤེས་པའི་ཆོས་གཉིས་དང་མཚུངས་པར་ལྡན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
**གསུངས་པའི་ཕྱིར།** དེ་ལྟར་འདོད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ལ་ཉོན་མོངས་  
 པ་དང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་། སྤངས་པའི་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པས་  
 མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཡིན་ན། ཉོན་མོངས་པ་དང་ཤེས་བྱའི་  
 སྒྲིབ་པ་སྒྲོང་བར་བྱེད་པའི་ཐབས་དང་། སྤངས་པའི་བྲལ་བ་མངོན་སུམ་དུ་ཤེས་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ།  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ཉོན་མོངས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་ཟད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་དེ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་རུང་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་སྒྲོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
 དཔྱིད་མཚོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། བྱི་མ་དེར་ཐལ། དེས་སྒྲིབ་

གཉིས་སྒྲིང་པའི་ཐབས་དང་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་གང་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ།  
 དེས་ཐེག་ཆེན་གྱི་ལམ་བདེན་དང་འགོག་བདེན་གང་ཡང་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་ཟག་བཅད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མངོན་ཤེས་གང་ཞིག་བདག་  
 རྟེན་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྒྲུབ་གསུམ་སོགས་  
 རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་པ་ཅི་རིགས་པ་ཟག་པ་བཅད་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པས་རབ་དུ་སྒྲེ་བ་  
 ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། སྐབས་འདིར་བརྟན་གྱི་ཟག་བཅད་ཀྱི་མངོན་ཤེས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ལྟར་འདོད་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བརྟན་གྱི་ཟག་བཅད་ཀྱི་  
 མངོན་ཤེས་ལ་མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྒྲུབ་གསུམ་སོགས་རང་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་པ་ཅི་རིགས་པ་བཅད་པར་བྱས་པ་  
 ཅམ་གྱིས་མི་ཆོག་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་ཆོག་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་བརྟན་གྱི་མངོན་  
 ཤེས་ལ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀའི་ཟག་པ་བཅད་པར་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་  
 བརྟན་གྱི་མངོན་ཤེས་ལ་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀའི་ཟག་པ་བཅད་པར་བྱེད་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་  
 དེ་ཡང་ཁམས་གསུམ་ཆོས་ཀྱི་རྒྱལ་པོ་ཤར་ཙོང་ཁ་པ་སྒོ་བཟང་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱིང་  
 ལས། སྒྱུར་ཉན་རང་ལ་ཡང་འདི་མཆན་ཉིད་པ་ཡོད་ཀྱང་འདི་ནི་སྒྲིབ་པ་གཉིས་ཀའི་ཟག་པ་བཅད་པར་  
 བྱེད་པ་ལ་འགྲེལ་བས་བཤད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །





## ༡༡། སར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་མཐོང་སྒྲོམ་

### སྒྲོམ་གྱི་ཐལ་ཕྱེད་།

༡༡། ༡༥ སྤང་བྱ་ཀུན་བཏགས་དང་ལྷན་སྐྱེས་གྱི་ས་བོན་སྤོང་དགོས་སོ་ཞེས་ཤེས་པའི་ཆེད་དུ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་གདམས་ངག་  
 བརྩའི་ནང་ནས་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་གདམས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྲ་མངོས་བབྱང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་གདམས་ངག་བརྩའི་ནང་ནས་མཐོང་  
 སྒྲོམ་གྱི་གདམས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་བརྩའི་བརྟན་པ་དེའི་རྗེས་སུ་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་ལམ་ལ་འདོམས་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་གདམས་ངག་གཉིས་འཆད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་  
 ཆོག་སྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྲ་ཕྱི་དེ་དག་གདམས་ངག་བརྩའི་ནང་ནས་མཐོང་སྒྲོམ་གྱི་  
 གདམས་ངག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་  
 པ་མངོན་རྟགས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་འདི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དང་རྗེས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་གཉིས་ཡོད་  
 ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་འཛོག་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོས་ཉིད་ལ་གཉིས་སྤང་རྒྱུ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 བདེན་པ་མངོན་རྟགས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་

མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་འདི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ཡོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྟོང་ཉིད་ལ་  
 གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་གང་ཞིག་མཐོང་སྤངས་བདེན་  
 འཛིན་གྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པ་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་མཆན་  
 ཉིད་དང་། ལྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་གང་ཞིག་  
 མཐོང་སྤངས་བདེན་འཛིན་ལས་དངོས་སུ་གྲོལ་བ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
 གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ན་  
 ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། ཡོད་ན། མངོན་གྱུར་ཏུ་ཡོད་དགོས་པ་གང་ཞིག་དེ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་  
 ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ལྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྒྲུང་རྒྱལ་པའི་སྟོ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པའི་ཕྱིར། འོ་  
 གཤམ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་མཐོང་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེ། ལྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
 སྟོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། ལྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་མཉམ་

པར་བཞག་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཀུན་  
 རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ཡུལ་  
 དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
 མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། སྟོང་ཉིད་ལ་  
 ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྒྲུབ་ལུང་པའི་  
 གྲོ་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་གཉིས་སྒྲུབ་ལུང་པའི་གྲོ་ཡིན་  
 ན། སྟོང་ཉིད་ལས་གཞན་པའི་ཆོས་ཡུལ་དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་བའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། ཀུན་རྫོབ་པའི་ཆོས་ཡུལ་  
 དུ་མི་བྱེད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྟོང་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་  
 མཉམ་པར་བཞག་པའི་མཉམ་བཞག་པའི་རྒྱུ་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུ་ན་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་མ་བྱུང་། བྱུང་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་མིན་སེམས་དེ་  
 རྒྱུ་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇོད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། དེས་ན་དང་  
 བོར་ཐེག་ཆེན་པར་རྒྱུད་པ་ཡང་། སེམས་བསྐྱེད་པ་ཙམ་གྱིས་འཛོག་ལ། སྤྱིས་ཐེག་ཆེན་པའི་ནང་ནས་  
 འཛོན་པའང་དེ་དང་བྲལ་བ་ཙམ་གྱིས་འཛོག་པས་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ནི་སེམས་དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་  
 འགྲོ་ཕྱོག་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་མིན་  
 དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་རྒྱུ་ལ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འགྲོ་ཕྱོག་བྱེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་པའི་རྒྱུ་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མཐོང་

གུར་དུ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། གློ་ཡིན་ན། གློ་མངོན་གུར་པ་ཡིན་དགོས་  
པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་  
ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་གྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་  
མེ་ལས། གློ་ཡིན་ན། གློ་མངོན་གུར་པ་ཡིན་དགོས་པ་ལ་དགོངས་ནས་དེ་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། གློ་ཡིན་ན། གློ་མངོན་གུར་པ་ཡིན་དགོས་  
པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༡༥ དགོངས་པ་འདི་ལྟར་མ་སྒྲངས་པར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་  
ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པ། རྣམ་བཤད་གྱི་དགོངས་པར་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་འདོད་པས་སྐྱར་བ་  
ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་  
གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་  
སྒྲོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་  
ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གསུམ་པ་བྱེ་བྲག་དུ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
པའི་རྒྱད་ལ་ཀུན་རྫོབ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་མེད་དཔྱད་པ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགོངས་པ་འདི་ལྟར་མ་སྒྲངས་པར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པ། རྣམ་བཤད་གྱི་དགོངས་པར་བྱེད་པ་ནི་རང་གི་འདོད་པས་  
སྐྱར་བ་ཡིན་ནོ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་གྲུབ་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མ་ཉམས་པའི་ཚུ་ལ་  
གྱིས་ཡོད་པ་དེ་རྣམ་བཤད་གྱི་དགོངས་པར་མི་བྱེད་པར་དེའི་རྒྱད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་  
འདོད་པ་རང་གི་འདོད་པས་སྐྱར་བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་

པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་དེ་ཐེག་  
 ཆེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། བྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཐེག་  
 ཆེན་པ་ཡིན་མིན་དེ་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཇེས་སུ་འགྲོ་ཤིག་ཤེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཤེད་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཤེད་དགོས་པ་དེ་ཡང་ཇེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་  
 ལས། ཐེག་ཆེན་པ་ནི་སེམས་དེ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཇེས་སུ་འགྲོ་ཤིག་ཤེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་  
 སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྒྲོ་དེ་ཡོད་ན་དེ་མངོན་གྱུར་དུ་  
 ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སྒྲོ་ཡིན་ན། སྒྲོ་མངོན་གྱུར་པ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྒྲོ་ཡིན་ན། སྒྲོ་མངོན་གྱུར་པ་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཡོད་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་  
 པཎ་ཆེན་པོས་དཀའ་སྒྲུབ་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་སྒྱུ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་  
 སྒྲོན་མེ་ལས། རང་ལུགས་ནི་སེམས་དཔལ་འདོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དབང་འབྱོར་བའི་ཚུལ་  
 ཀྱིས་མ་ཉམས་པར་ཡོད་ཅིང་དེས་ཡོད་གོ་མི་ཆོད་པ་དགོངས་པར་སེམས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བརྒྱུད་མེད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བརྒྱུད་མཐོང་གྱུར་དུ་མེད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར།

༄༅། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་དགེ་འདུན་  
ཉི་ཤུའི་སྐོར་གྱི་བལ་བྱེད།

༄༅། ༡༽ རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་འཛིན་ཤེད་ཅེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་བལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་  
པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། དེའི་བད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཉིས་  
པ་རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་བཤད་པ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། གཉིས་  
པ་དེ་ལ་ལྟོས་ཏེ་དང་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱུན་ཞུགས་ཞུགས་པ་བཤད་པ་དེ་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་འཛིན་ཤེད་ཅེས་པའི་གཞུང་  
དེ་རང་ལུགས་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་ལུགས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
ཡིན་པར་བལ། རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་འཛིན་ཤེད་ཅེས་པའི་འཛིན་ཤེད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྒྲོར་གསུམ་སྤངས་པས་རབ་དུ་བྱེ་  
བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྒྲོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་དེ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མི་འཐད་པར་བལ། དེ་རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་།  
འཁོར་གསུམ། དེ་རྩབ་པར་བལ། རྒྱུན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་འཛིན་ཤེད་ཡིན་ན། དེའི་མཆན་  
ཉིད་ཡིན་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྩབ་པར་བལ། ཆོས་དེའི་འཛིན་ཤེད་ཡིན་ན།  
ཆོས་དེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་བལ། ཐེག་ཆེན་སེམས་  
བསྐྱེད་ཀྱི་འཛིན་ཤེད་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་  
པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་དགོས་པར་བལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་  
པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་



ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་  
 སྒྲོན་མེ་ལས། གནན་དོན་དུ་རྫོགས་སྤང་ལ་དམིགས་ཤིང་རང་གི་གྲོགས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པ་དང་མཚུངས་  
 རུན་དུ་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ལམ་གྱི་འདུག་སྒྲོར་གྱུར་པའི་གཙོ་བོའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་རིག་བྱུང་པར་ཅན་ཆོས་  
 ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ཏེ། དེའི་འཛིག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་འཛིག་བྱེད་ཡིན་ན། དེའི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་  
 འཛིག་བྱེད་ཡིན་ན། དེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་དགོས་པར་  
 ཐལ། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་འཛིག་བྱེད་ཡིན་ན། དེའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། འོ་ན། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་པའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་  
 གྲུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གང་ཞིག ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་སྤངས་རིམ་གྱིས་སྤང་བ་ཆོས་ཅན། སྤང་  
 བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་  
 འཛིག་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་  
 པའོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་བོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ལས། མཐོང་  
 སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་པའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བྱ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
 གང་ཞིག ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་སྤངས་རིམ་གྱིས་སྤང་བ་སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་  
 ཀྱི་འཛིག་བྱེད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤང་བྱ་རིམ་  
 གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལ་མཆན་མཆོན་གྱི་བྱུང་པ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ངེས་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཡིན་ན། མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་པས་  
 མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། སྤང་བྱ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཆོས་ཅན། མཆན་  
 ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲོམ་སྤངས་ཉོན་

མོངས་རིམ་གྱིས་སྤྱོད་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤངས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཆོས་ཅན། ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་དེས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤྱོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན་སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱིས་ཁམས་གསུམ་གྱི་སྒྲིམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། མཆོན་ཉིད་དེ་སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་གང་ཞིག་འཛིན་ཉོན་པའི་སྒྲིམ་ལམ་གྱིས་རང་གི་རྩ་སྤྱོད་ཀྱི་སྤང་བུར་གྱུར་པའི་འཛིན་ཉོན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་ལ་ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་དུ་བྱས་ནས། འཛིན་ཉོན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་སྤངས་པ་དེ་ཡིན་ལགས།

༡༥ སྤྱི་མ་དེའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་གྱིས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། དགེ་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ངོས་བཟུང་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་བཞིར་འཛིན་པའི་རྒྱ་མཆོན་བཤད་པ། འབྲས་

བུ་ཐོབ་བྱེད་གི་རྒྱ་བཤད་པ་དེ་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་མ་དེའི་རྒྱ་མཐུན་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གིས་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཆོག་གོང་མ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་རྣམས་ལ་དགེ་སྦྱོང་རྒྱུ་ལྱིས་འབྲས་བུ་ཞེས་བཟོད་དེ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྩ་མ་དེའི་རྒྱ་མཐུན་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གིས་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་གྲུབ་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བར་ཆད་མེད་ལམ་གི་རྒྱ་མཐུན་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གིས་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བར་ཆད་མེད་ལམ་གི་རྒྱ་མཐུན་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་གིས་དེ་ལྟར་བཟོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེའི་འབྲས་བུ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སྦྱོང་རྒྱུ་ལྱིས་འབྲས་བུ་གནས་རྣམས་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་དང་སངས་རྒྱས་འཕགས་པ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་གྲོལ་ལམ་རྣམས་ཐེག་ཆེན་གི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གི་རྒྱ་མཐུན་གི་འབྲས་བུ་ཡིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འབྲའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་རྣམ་གྲོལ་ལམ་གཉིས་ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་གི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་གང་ཞིག དེ་གཉིས་ལ་ཉེར་ལེན་ཉེར་འབྲས་གི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དགེ་སྦྱོང་གི་རྒྱུ་དང་དགེ་སྦྱོང་རྒྱུ་ལྱིས་འབྲས་བུ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་པའི་རྒྱུད་གི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་དང་། དེ་གཉིས་ཉེར་ལེན་ཉེར་འབྲས་གི་འབྲེལ་བ་གྲུབ་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༥ འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་གི་འདོད་ཆགས་དེ་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་གོགས་གི་གཙོ་བོ་ཡིན་ཅིང་། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆགས་བྲལ་སྦྱོན་སོང་གི་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་ཕུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། འབྲས་ཕུ་ཐོད་  
 གལ་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་ཕུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་  
 པར། སྤང་ཕུ་ཅིག་ཅར་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་སྟེ་བཞི་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་  
 བཤད་པ་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སོ་སོར་བཤད་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་  
 ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གང་ལ་གནས་པ་འབྲས་ཕུའི་རྣམ་པར་གཞག་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་  
 ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབུད་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 གོང་དུ་བྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་འགྲེལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 འཛིན་གཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་དེ་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་ཕུ་  
 ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་གང་ཞིག དེ་ཉིད་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་  
 རས་སྤངས་ཏེ་ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་ཕུ་མངོན་དུ་བྱེད་པ་ཡོད་པས་ཆགས་བྲལ་སྒྲིམ་སྤངས་ཀྱི་  
 ཕྱིར་མི་འོང་ཡོད་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྒྲིམ་སྤངས་ཀྱི་  
 མིན་གང་ལ་བཤད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཁྱོད་འབྲས་གནས་བཞི་  
 པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་དུ་སྤངས་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཐག་  
 ཡིན་མིན་ལ་བཤད། དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཁྱོད་འབྲས་གནས་བཞི་  
 པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་ཕུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཐོང་ལམ་  
 ཀྱི་སྤྱོད་ལ་དུ་སྤངས་ནས་རང་གི་འབྲས་ཕུ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཐག་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཆགས་བྲལ་སྒྲིམ་

སོང་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཆོས་  
 ཅན། ཁྱོད་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་འབྲས་  
 གནས་བཞི་པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་སྤངས་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་**  
**ཕྱི་མ་མ་གྲུབ།** དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་དེས་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་  
 པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་སྤངས་པ་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་  
 གནས་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་དང་པོ་མ་གྲུབ།** དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་  
 སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་དེས་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་མཐོང་ལམ་གྱི་  
 སྔ་རོལ་དུ་སྤངས་པ་གང་ཞིག་དེ་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་  
 གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ།** དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་  
 དུག་པ་ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་དུག་པ་སྤངས་པའི་  
 ཆ་ནས་འཛིག་དགོས་པའི་ཕྱིར། **དགོས་པའི་ཕྱིར།** དགོས་ན། ཁྱོད་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན།  
 ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྤངས་པས་བྱལ་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་འབྲས་གནས་  
 བཞི་པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཅོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྤངས་  
 ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན།  
 ཁྱོད་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 དེ་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་  
 ཡང་གསལ་སྡོན་མེ་ལས། མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་

ཉོན་ཏྲུག་པ་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་འོང་དང་། དེ་དང་མ་བྲལ་བའི་ཕྱིར་འོང་གཉིས་ཡོད། དང་  
པོ་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་དུ་འདོད་པ་མི་འཐད་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་  
གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འབྲས་གནས་བཞི་པོ་གང་རུང་གང་ཞིག་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་པ་ལ་  
བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་སྤངས་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་མངོན་  
དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་།** མ་ཁྱབ་ན། ཙ་པའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར།  
ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་དོན་གསལ་པོ་ཞིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མཐོང་  
ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་མངོན་དུ་བྱས་  
པའི་གང་ཟག་ཡིན་མིན་ལ་བཤད། འོ་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་  
ཐོབ་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པས་ཁྱབ་  
པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། འོ་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་མི་འོང་དང་རྒྱུད་  
གཅིག་ཏུ་གྱུར་པའི་དབང་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་  
ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ནས་རང་གི་འབྲས་གནས་  
མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་།** མ་ཁྱབ་ན། ཙ་པའི་དམ་བཅའ་ནས་  
ཆར། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་དོན་ཡང་དག་ཅིག་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ཅིང་རང་གི་འབྲས་གནས་ཐོབ་  
པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྤངས་པའི་ཞུགས་གནས་བརྒྱུད་པོ་གང་རུང་  
དུ་གྱུར་པའི་གང་ཟག་ཡིན་མིན་ལ་བཤད་ལགས།

༤༥ མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདོད་ཉོན་པལ་ཆེར་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་འོང་  
ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
གྲུབ། སྤྱོད་ལམ་དོན་གསལ་བའི་སྡོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དྲངས་

མ་ཐག་པའི་གཞུང་ཆོག་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། འབྲས་བུ་ཐོད་  
 བལ་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་  
 པར། སྤང་བུ་ཅིག་ཅར་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་སྟེ་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལ་  
 གནས་པ་གང་ཟག་གི་ནམ་པར་གཞག་པ། ཞེས་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གང་  
 ལ་གནས་པ་འབྲས་བུའི་ནམ་པར་གཞག་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདིར་  
 དགོ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབྱེད་པ། ཞེས་པ་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མོང་  
 དུ་བྱངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་དོན་འགྲེལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆགས་  
 བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པའི་དོན་ནི་མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་  
 སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པའི་  
 རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་  
 གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་ན།  
 ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐོང་  
 ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་  
 བར་བྱས་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་ཡིན་དགོས་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་

གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དྲུག་པ་ལ་ཆགས་བྱལ་སྡོན་དུ་བྱས་པའི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཆོས་ཅན། ཆགས་  
བྱལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་  
ཕྱིར་འོང་ཡོད་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་དེ་དེ་  
ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱབ་**  
**པ་མ་བྱུང་།** དེ་བྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་བསམ་གཏན་གྱི་  
དངོས་གཞི་ཐོབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་  
ཞེས་པའི་ཆགས་པ་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་འཛིག་དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་  
སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་ན། དེས་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། **ནགས་དང་**  
**པོ་མ་གྲུབ།** དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཞེས་པའི་ཆགས་པ་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་  
སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་འཛིག་དགོས་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་  
དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྡོན་མེ་ལས། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཞེས་པའི་ཆགས་པ་དེ། སྱིར་འདོད་  
པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་། བྱད་པར་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པའི་  
སས་བསྐྱུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་བྱེད་པ་གང་ཞིག མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་  
ཀྱི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་**  
**ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཞེས་པའི་ཆགས་པ་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་  
སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་འཛིག་དགོས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དགོས་ན། ཁྱོད་ཆགས་བྱལ་སྡོན་  
སོང་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་  
སྤང་དགོས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཆོས་ཅན།  
ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ནས་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་ལ་ཆགས་  
བྱལ་བྱས་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་བྱས་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཆགས་བྱལ་སྡོན་སོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར།



རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཆར། འོ་  
ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ནས་འཛིག་ཏེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདྲིང་ཉོན་དྲུག་པ་ལ་ཆགས་  
བྲལ་སྡོན་དུ་བྱས་ནས་རང་གི་འབྲས་བུ་མངོན་དུ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་  
ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཆར། འོ་ན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་གི་  
ཕྱིར་འོང་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་དུ་འཛིག་ཏེན་  
པའི་སྒྲིམ་སྤངས་དྲུག་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་པའི་ཕྱིར་འོང་དེ། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་མ་ཡིན་པ་གང་  
ཞིག དེ་ལས་གཞན་མི་རྟོག་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་གི་ཕྱིར་འོང་  
ཞིག་ཁས་སྤངས་པས་ཕྱིར་འོང་དུ་གྱུར་པའི་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་ཞིག་ཁས་ལེན་མི་དགོས་  
པ་ལས། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སྲིད་གི་ཕྱིར་འོང་ཞེས་པའི་ཆགས་པ་ལ་འཛིག་ཏེན་པའི་སྒྲིམ་  
སྤངས་སུ་འདྲིང་ཉོན་དྲུག་པ་འཛིག་དགོས་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར།

༥༥ དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ནི་གང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཐོག་མར་གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་  
ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱོང་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྡོན་  
མེན་ས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་འཕྲོས་སའི་གཞུང་ཆོན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ཐོག་མར་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་ནི་གང་། དེའི་འབྲས་བུ་ཇི་ལྟར་ཡིན་སྟུང་ན། ཞེས་པའི་  
དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་གཉིས་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མཐོང་ལམ་  
དང་། སྒྲིམ་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གཉིས་ལྟ་བུ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་  
ལྟ་བུ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ལ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་དང་དེའི་འབྲས་བུ་ལ་དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཞེས་བཞེད་པའི་རྒྱ་མཚན་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་སྦྱོང་གི་ཚུལ། ཞེས་པའི་དོན་དམ་  
པའི་དགེ་སྦྱོང་དག་པཅོས་པའི་འབྲས་བུ་འཕམ་གོ་འཕང་དེ་ཉིད་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཚུལ་ལམ་ཐབས་

ཡིན་པས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པ་དང་། སྤངས་པ་ནམས་ལ་དེའི་འབྲས་བུ་ཞེས་པ་ནི་དེའི་བྲལ་  
 འབྲས་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་པ་དང་། རྣམ་གྲོལ་ལམ་རྣམས་ལ་དེའི་འབྲས་བུ་ཞེས་  
 བརྗོད་པ་ནི་སྤྲ་མ་དེའི་རྒྱ་མཐུན་གྱི་འབྲས་བུ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལགས། དེ་ལྟར་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སྤྱོད་གི་རྒྱལ་ལ་གནས་པའི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་འོ་ཤོར་གྱུར་  
 པའི་རྒྱ་ལྷགས་ལྷགས་པ་དང་ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པ་གཉིས་མེ་འཛོག་རིགས་པ་མ་ཡིན་མི་རིགས་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། མི་རིགས་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མི་རིགས་པར་ཐལ། རྒྱ་ལྷགས་ལྷགས་པ་དང་། ཕྱིར་  
 འོང་ལྷགས་པ་གཉིས་པའི་མཚན་ཉིད་མེ་མེ་ནས་ངོས་འཛོལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
 མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྡེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་  
 རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཕྱིར་དུ་བརྩོན་བཞིན་པ་ཡང་ཡིན། ལྷགས་པ་བཞིའི་ནང་ཚན་ཡང་ཡིན་  
 པའི་གཞི་མཐུན་པ་དེ། རྒྱ་ལྷགས་ལྷགས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་། གཙོ་བོ་ཐ་མའི་མཐུན་  
 རྒྱ་པལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྡེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་  
 ཐོབ་ཕྱིར་དུ་བརྩོན་བཞིན་པ་ཡང་ཡིན། ལྷགས་པ་བཞིའི་ནང་ཚན་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
 པ་དེ་ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་ལྷགས་  
 པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་  
 པར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པ་ཡིན་ན་རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྡོན་སོང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྡོན་དུ་སོང་བས་ཁྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་འོང་  
 ལྷགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་སྤངས་  
 པ་ལ་བརྩོན་བཞིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་པའི་ཕྱིར་འོང་ལྷགས་པ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྡོན་སོང་ཡིན་པས་  
 ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ཡིན་ན། རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྡོན་

སོང་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། དེ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། དགེ་སྦྱོང་གི་  
 རྒྱལ་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་དང་། སྤྱིར་འོང་ཞུགས་  
 པ་གཉིས་རེ་འཛོག་མི་རིགས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཚར།  
 འཁོར་གསུམ། དེ་འཛོག་རིགས་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་འོང་ཞུགས་པ་དེ་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱི་  
 རོལ་དུ་འཛིག་ཆེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་ཏེ་མཐོང་ལམ་  
 གསར་དུ་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་འོང་ཞུགས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་  
 ལམ་གྱི་སྤྱི་རོལ་དུ་འཛིག་ཆེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་པའི་  
 གང་ཟག་ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་སྤྱིར་འོང་ཞུགས་པ་ལས་གཞན་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་  
 གསུམ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གལ་ཏེ་ཡིན་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་དང་སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་  
 གང་རུང་ལས་འོས་མེད་ཀྱང་དེ་གཉིས་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དང་  
 བོ་དེར་ཐལ། དེས་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱི་རོལ་དུ་འཛིག་ཆེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དུག་  
 པ་སྤངས་པ་མེད་པའི་སྤྱིར་དང་། སྤྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤངས་པ་ལ་བརྩོན་བཞིན་པ་  
 མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།** འོ་ན། དེ་འདྲའི་འདོད་ཉོན་དུག་པ་སྤངས་པའི་མཐོང་  
 ལམ་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་འོང་ཞུགས་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱི་རོལ་དུ་འཛིག་ཆེན་པའི་སྒྲོམ་  
 སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་པའི་གང་ཟག་ཡང་ཡིན་ཞུགས་པ་  
 བཞིའི་ནང་ཆོན་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་ན། སྤྱིར་འོང་སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་གཉིས་པོ་གང་  
 རུང་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། འདོད་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱི་རོལ་  
 དུ་འཛིག་ཆེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་གཉིས་ལ་ཆགས་བྲལ་བྱས་

ནས་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་ཆོས་ཅན། སྤྱིར་འོང་དང་སྤྱིར་མི་  
འོང་ཞུགས་པ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་སྤྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་དུ་  
འཇིག་རྟེན་པའི་སྒོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་གང་ཡང་རུང་བ་ལ་ཆགས་བྱལ་བྱས་པའི་གང་ཟག་  
ཡང་ཡིན་ཞུགས་པ་བཞིའི་ནང་ཆོས་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར།

༦༥ སྤྱི་མས་ནི་མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆོ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་  
གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་འདི་སྤྱི་དོན་  
ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདི་གཞུང་ཆོན་  
གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་  
ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྤྱོད་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་  
དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོས་སྤྱིར་མི་འོང་  
ཐོབ་པའི་ཆོ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་ལ། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྤྱོད་མ་དང་། གཞུང་  
ཆོག་སྤྱོད་ཀྱི་དེ་དག་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པའི་སྤྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། འདོད་པར་ཆོ་ཡོངས་གྱུར་གྱི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་། འདོད་པར་ཆོ་ཡོངས་སུ་མ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་  
མི་འོང་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འཇོག་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདོད་པར་འཕགས་  
ལམ་སྤྱི་བ་བརྒྱད་མར་བརྟེན་ནས་སྤྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་སྤངས་པས་རབ་  
དུ་བྱེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ འདོད་  
པར་ཆོ་ཡོངས་གྱུར་གྱི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆོ་དེ་ལ་སྤྱིར་མི་འོང་  
ཐོབ་པའི་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་སྤངས་པས་རབ་དུ་བྱེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་  
ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ འདོད་པར་ཆོ་ཡོངས་སུ་མ་གྱུར་པའི་སྤྱིར་མི་  
འོང་ཡིན་པ་བཅས་དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པར་ཆོ་  
ཡོངས་གྱུར་གྱི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་། གཞུགས་སུ་ཆོ་ཡོངས་གྱུར་གྱི་སྤྱིར་མི་འོང་གང་རུང་ཡིན་ན། ཁམས་  
གཞན་དུ་སྤྱི་བ་ལེན་པས་ཁྱབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཁྱབ་པ་མེད་པ་རྟགས་མ་

གྲུབ། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་དང་། གཟུགས་སུ་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་གང་རུང་ཡིན་ན། ཁམས་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཁམས་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྤེལ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྤྲོད་མེ་ལས། ཁོ་ན་རེ། གཟུགས་སུ་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། གཟུགས་མེད་དུ་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཁམས་གོང་དུ་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར་ན། མ་ཁྲབ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཁམས་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་མི་ལེན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་དང་གཟུགས་སུ་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་གང་རུང་ཡིན་ན། ཁམས་གཞན་དུ་སྐྱེ་བ་ལེན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། འདོད་པར་ཆེ་ཡོངས་གྲུར་གྱི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཕྱིར་མི་འོང་མཐོང་ཆོས་ཞི་ཡིན་པས་ཡང་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྲིད་པ་ལན་བདུན་པའི་རྟོགས་པ་རྫོན་དུ་སོང་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། མཐོང་ལམ་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆེ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྲིད་པ་ལན་བདུན་

པ་པའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆོ་དེ་ལ་མུང་འདས་  
མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་དེས་སྦྱེ་སྲིད་  
བརྩ་བཞི་པའི་རྟོན་ལ་ཕྱིར་མི་འོང་དང་མུང་འདས་གཉིས་ཀ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
འཁོར་གསུམ། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། དེ་རྩེད་པ་དེ་ཡང་པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གསུམ་པ་དཔལ་རྣམ་  
དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྦྱོན་མེ་ལས། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་  
པ་ལན་བདུན་པ་བདེས་སྦྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་པའི་རྟོན་ལ་ཕྱིར་མི་འོང་དང་། དག་བཙུངས་གཉིས་ཀའི་འབྲས་  
བུ་མངོན་དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་ཞུགས་  
སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བདེས་སྦྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་པའི་རྟོན་ལ་ཕྱིར་མི་འོང་དང་མུང་འདས་གཉིས་ཀ་མངོན་  
དུ་བྱེད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** ཆར། འདོད་ན། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་  
པའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། ཕྱིར་མི་འོང་ཐོབ་པའི་ཆོ་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་  
དུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར།

ལ། དེ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་ཉིད་ལེགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་  
ཆོག་སྤེལ་མངོན་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་བཞིན་དུ་མིའི་རྟོན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པ་དེས་མི་དང་རྩེད་སྦྱེ་སྲིད་བདུན་བདུན་  
རྒྱངས་ནས་མཐར་མིའི་རྟོན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། ཞེས་པ་གཞུང་  
འདིའི་ཆོག་སྤེལ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྤེལ་ཕྱི་དེ་དག་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་  
པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལས་ཕྱི་མ་ཉིད་ལེགས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་  
བརྩན་པའི་སྤེལ་ཕྱི་གཉིས་པོ་དོས་བཟུང་ནས་ཕྱི་མ་ཉིད་ལེགས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་

གྲུབ། སྒྲ་མ་གསེར་སྤྱོད་ལས་གསུང་ཚུ་ལ་དང་སྤྱི་མ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་ནམ་བཤད་ལས་གསུང་  
 ཚུ་ལ་གཉིས་ལས་སྤྱི་མ་ཉིད་ལེགས་པ་ཡིན་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒྲ་  
 མ་གསེར་སྤྱོད་ལས་གསུང་ཚུ་ལ་དང་སྤྱི་མ་ཀུན་བདུས་ནམ་བཤད་ལས་གསུང་ཚུ་ལ་གཉིས་མེ་མེ་ནས་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲ་མ་གསེར་སྤྱོད་ལས། མིའི་རྟེན་ལ་  
 རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་མིར་ལན་དུག་ལྟར་ལན་བདུན་བླངས་ཤིང་ཡང་མིར་སྐྱེས་ནས་རྟེན་དེ་  
 ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་ལ། ལྟའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་འང་ལྟར་ལན་དུག་མིར་  
 ལན་བདུན་བླངས་ཤིང་མཐར་ཡང་ལྟར་སྐྱེས་ནས་རྟེན་དེ་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད། ཅེས་  
 གསུངས། སྤྱི་མ་ཀུན་བདུས་ཀྱི་ནམ་བཤད་ལས། ལྟའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པ་དེས་  
 ལྟ་དང་མིའི་སྐྱེ་སྤྱིད་སྤེལ་རྟེ། ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་མིར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་བླངས་ནས་མཐར་  
 ལྟའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་མིའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་  
 པ་དེས་མི་དང་ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་བདུན་བླངས་ནས་མཐར་མིའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པར་གསུངས་པ་གཉིས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་  
 པ་བའི་མཆོན་ཉིད་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 གསར་དུ་ཐོབ་པའི་རྒྱན་ཞུགས་གང་ཞིག་ འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་ལེན་  
 པའི་རིགས་ཅན་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་བའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ལ་  
 དཔྱེན་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་  
 པ་ལན་བདུན་པ་དང་། མ་དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་གཉིས་ཡོད་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པའི་མཆོན་ཉིད་འཛོག་རྒྱ་མེད་  
 པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་གང་ཞིག་ རྟོན་སྟོ་  
 སྐྱེས་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་ལྟའི་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་  
 དང་། མིའི་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་རྟེ་སྐྱེ་སྤྱིད་བརྒྱ་བཞི་ལེན་པའི་ལས་བསགས་ཤིང་བསགས་པ་ལྟར་

ལེན་པར་ངེས་པ་ཚོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་  
 བའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་  
 པ་བ་ཡིན་ན། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་ལེན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་  
 ལེན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། འདོད་པར་རིགས་  
 མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་ལེན་པས་མ་བྱུང་། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་མིའི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་  
 ལེན་པས་ཀྱང་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་  
 ན། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་དང་། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་མིའི་སྐྱེ་  
 སྲིད་བརྩ་བཞི་ལེན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། འདོད་  
 པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་དང་། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་མིའི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་  
 མི་ལེན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན།  
 འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་བཞི་དང་། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་མིའི་སྐྱེ་སྲིད་བརྩ་  
 བཞི་མི་ལེན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། འདོད་པར་  
 རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་དང་། མིའི་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་ཐངས་ནས་མཐར་སྐྱེའི་རྟེན་ལ་མྱང་  
 འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་བྱུང་པར་ཐལ། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་  
 སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། སྐྱེའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་དེས་སྐྱོད་པའི་སྐྱེ་སྲིད་  
 སྐྱེལ་ཏེ། སྐྱར་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་དང་མིར་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་ཐངས་ནས་མཐར་སྐྱེའི་རྟེན་ལ་མྱང་འདས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་སྐྱར་བྱུང་པ་དེ་  
 ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇོད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སྒྲོན་མེ་ལས། ཀུན་ལས་བདུས་ཀྱི་ནམ་བཤད་དུ། སྐྱེའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པ་དེས་སྐྱོད་པའི་  
 མིའི་སྐྱེ་སྲིད་སྐྱེལ་ཏེ། སྐྱར་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་མིར་སྐྱེ་སྲིད་བདུན་ཐངས་ནས་མཐར་སྐྱེའི་རྟེན་ལ་མྱང་འདས་



མངོན་དུ་བྱེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་མིའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་པ་དེས་མི་དང་ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་བདུན་  
 གངས་ནས་མཐར་མིའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་གསུངས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། ལྟེན་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་  
 གྱི་འབྲས་ཐུགས་ཐོབ་པ་དེས་ལྟར་མིའི་སྐྱེ་སྤྱིད་སྤེལ་ཏེ། ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་དང་མིར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་གངས་  
 ནས་མཐར་ལྟེན་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན།  
 ཚར། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། མིའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པར་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱིད་  
 པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན་མིར་ལན་དུག་ལྟར་ལན་བདུན་གངས་ཤིང་མཐར་མིའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་  
 ཡང་འཇམ་དབྱངས་མི་ཡི་རྣམས་ལ་རྟེན་བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཕྱེང་བ་ལས། མིའི་  
 རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་མིར་ལན་དུག་ལྟར་ལན་བདུན་གངས་ཤིང་མཐར་མིར་སྐྱེས་ནས་འདེལ་  
 ལྟེན་རྟེན་ལ་ཐོབ་ན་འདྲ་ལྟར་ལན་དུག་མིར་ལན་བདུན་སྐྱེས་ནས་མཐར་ལྟེན་རྟེན་ལ་འདོའ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། མིའི་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་མིར་ལན་དུག་ལྟར་ལན་  
 བདུན་གངས་ཤིང་མཐར་མིའི་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། རང་ལུགས་ལ། ལྟེན་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་མིར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་  
 སྤེལ་ནས་མཐར་ལྟེན་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཡིན། ལྟེན་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་  
 ན་ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་ལན་དུག་དང་མིར་སྐྱེ་སྤྱིད་ལན་བདུན་གངས་ནས་མཐར་ལྟེན་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་  
 དུ་བྱེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རང་ལུགས་ལ།** ལྟེན་རྟེན་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཐོབ་ན་ལྟར་སྐྱེ་སྤྱིད་  
 ལན་བདུན་མིར་སྐྱེ་སྤྱིད་བདུན་སྤེལ་ནས་མཐར་ལྟེན་རྟེན་ལ་མུང་འདས་མངོན་དུ་བྱེད་དགོས་  
 པ་ཡིན་ལགས།

༡༥ རྟེན་སོ་སོའི་སྐྱེ་པའི་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་  
 སྤྱིད་ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་དགོས་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་

གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་པོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོད་མེ་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉམས་མ་གྲུབ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་པོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ།  
 སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ལ་སྦྱེ་བ་ལེན་ཚུལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱི་  
 པ་ལན་བདུན་པ་བ་དང་། རྒྱན་ཞུགས་རིགས་ནས་རིགས་སྦྱེ་གཉིས་ཡོད་པ་ལས། རྒྱན་  
 ཞུགས་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་པ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱོད་  
 སོ་སོའི་སྦྱོལ་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་ལེན་  
 པའི་ལས་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་དགོས་ཏེ། ཞེས་པའི་ལུང་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉམས་མ་གྲུབ། མཛོད་ལས། རེ་ལྟར་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ། ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་  
 དངོས་སུ་བལྟན་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་  
 ལ་གནས་པ། འདོད་ཉོན་དང་པོ་མ་སྤངས་པ། སྤྱོད་སོ་སོའི་སྦྱོལ་དུས་སུ་འཕགས་པའི་  
 ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་བསགས་  
 པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་དགོས་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱི་པ་ལན་  
 བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ། འདོད་ཉོན་དང་པོ་མ་སྤངས་པ། སྤྱོད་སོ་  
 སོ་སྦྱོལ་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་ལེན་པའི་  
 ལས་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདོད་  
 པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་ལེན་པར་མ་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཆོས་  
 ཅན། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ། འདོད་ཉོན་དང་པོ་མ་སྤངས་པ། སྤྱོད་སོ་སོ་སྦྱོལ་དུས་  
 སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་བསགས་  
 པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྦྱེ་སྤྱི་པ་ལན་བདུན་

ལེན་པར་མ་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཆོས་ཅན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་  
 སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པར་རིགས་མཐུན་  
 གྱི་སྐྱེ་སྲིད་ལན་བདུན་ལེན་པར་མ་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མ་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་། ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པ་སྒོ་བ་  
 དཔོན་དབྱིག་གཉིན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཇད་པའི་མཛོད་རང་འགྲེལ་ལས། མཆོག་ཏུ་ཐོགས་ན་ལན་བདུན་པ་གཞན་ཡང་ཡོད་མོད་ཀྱིས་མ་  
 ངེས་པས་མ་བཟོད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། མ་ངེས་པའི་  
 རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདོད་པར་རིགས་  
 མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་ལན་བདུན་ལེན་པར་མ་ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་  
 གནས་པ། འདོད་ཉོན་དང་པོ་མ་སྦངས་པ། སྒོན་སོ་སོ་སྐྱེ་པོའི་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་  
 འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་ཡིན་པས་  
 མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲུབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་  
 ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་སྤྱོད་ལུ་མ་དོན་གསལ་བའི་སྒོན་མེ་  
 ལས། རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པ། འདོད་  
 ཉོན་དང་པོ་མ་སྦངས་པ། སྒོན་སོ་སོ་སྐྱེ་པོའི་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་པར་རིགས་  
 མཐུན་གྱི་སྐྱེ་སྲིད་ལན་བདུན་ལེན་པའི་ལས་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་དགོས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ངེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་དང་། མ་ངེས་པའི་རྒྱན་  
 ཞུགས་སྲིད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ངེས་པའི་རྒྱན་

ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བའི་མཆན་ཉིད་འཛིན་ཀྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་  
 ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་གང་ཞིག་ སྡོན་སོ་སྦྱེད་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་  
 འདོད་པར་རིགས་མཐུན་གྱི་ལྟའི་སྦྱེ་སྤྱད་བདུན་དང་། མིའི་སྦྱེ་སྤྱད་བདུན་དེ་སྦྱེ་སྤྱད་བཅུ་  
 བཞི་ལེན་པའི་ལས་བསགས་ཤིང་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་དེ། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་  
 སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བའི་མཆན་ཉིད་དུ་འཛིན་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་  
 སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བར་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དང་པོའི་དངོས་གཉེན་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་དེ་ཆོས་  
 ཅན། དེས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྒྱན་ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་གང་ཞིག་ སྡོན་སོ་སྦྱེད་དུས་སུ་འཕགས་ལམ་ཐོབ་ནས་ཀྱང་འདོད་  
 པར་རིགས་མཐུན་གྱི་ལྟའི་སྦྱེ་སྤྱད་བདུན་དང་། མིའི་སྦྱེ་སྤྱད་བདུན་དེ་སྦྱེ་སྤྱད་བཅུ་བཞི་ལེན་པའི་ལས་  
 བསགས་ཤིང་བསགས་པ་ལྟར་ལེན་པར་ངེས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དང་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཕྱི་མ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་དང་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བའི་མཆན་ཉིད་དང་  
 ལྡན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་གསར་དུ་ཐོབ་པ་ཡིན་ན། མཐོང་ལམ་ཐོབ་མ་ཐག་  
 པ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་དགོས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་པའི་རྒྱན་  
 ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བར་གྱུར་པའི་སྦྱོམ་ལམ་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
 དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྦྱོན་མེ་ལས། དེས་པའི་རྒྱན་  
 ཞུགས་སྤྱད་པ་ལན་བདུན་པ་བ་ཡིན་ན། ཉན་ཐོས་མཐོང་ལམ་པ་ཡིན་པས་ཁྱབ་ཟེར་བ་ཞིགས་ཏེ།  
 འདོད་པའི་སྦྱོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་དང་པོའི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན། སྦྱོམ་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༧༥ འོ་ན་དགེ་འདུན་ཞེ་བརྒྱད་དུ་གསུངས་པ་བརྟན་བཙུགས་སུ་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུར་བསྐྱུས་ནས་

འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། གླིང་ལྷ་མ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་འདུན་ཉི་  
 སྤུའི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དགེ་འདུན་ཞེ་བརྒྱད་དུ་གསུངས་  
 པ་བརྟན་བཅོས་སུ་དགེ་འདུན་ཉི་སྤུར་བསྐྱུས་ནས་འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་ལུང་གི་  
 དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མདོ་ལས་དགེ་འདུན་ཞེ་བརྒྱད་གསུངས་པ་སོགས་  
 གྱི་དབྱེ་བ་རྟོགས་དཀའ་བས་དེ་རྣམས་བརྟན་བཅོས་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་ལས། དབང་པོ་རྩལ་  
 དང་རྣམ་པོ་དག །ཅེས་སོགས་གྱིས་དགེ་འདུན་ཉི་སྤུར་བསྐྱུས་ནས་འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་  
 ཡིན་ཞེ་ན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བརྟན་བཅོས་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་  
 ལས། དགེ་འདུན་ཉི་སྤུར་བསྐྱུས་ནས་འཆད་ཚུལ་ལ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་ལྗེའི་ལུགས་དང་། སྒྲོབ་དཔོན་སང་གེ་བཟང་པོའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་  
 ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་འཕགས་པ་རྣམ་གྲོལ་ལྗེའི་ལུགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ཉི་སྤུ་པོ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་གི་དངོས་བརྟན་བརྒྱ་དང་ལྷགས་  
 བརྟན་བཞི་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་དངོས་བརྟན་བརྒྱ་དུག་ནི། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་དབང་  
 པོ་རྣེ་རྩལ་གྱི་མིང་ཅན་གཉིས། ལྷའི་རིགས་གནས་རིགས་སྒྲེ་དང་མིའི་རིགས་གནས་རིགས་  
 སྒྲེ་གཉིས། ཕྱིར་འོང་ཞུགས་པ་དང་ཕྱིར་མི་འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་གཉིས། ཕྱིར་  
 མི་འོང་ཞུགས་པ་དང་ཕྱིར་མི་འོང་སྒྲིས་འདའ་བ་དང་ཕྱིར་མི་འོང་བར་འདའ་བ་དང་མདོན་  
 པར་འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཏེ་འདའ་བ་དང་དེ་མེད་པར་འདའ་བ། འཕར་བ་གསུམ་དང་འོག་  
 མིན་མཐར་ཐུག་འགྲོ་སྤྱོད་ཅེའི་མཐར་ཐུག་འགྲོ་སྤྱོད་ལྷ་པོ་ལ་གོང་འཕོ་བ་ཞེས་གཅིག་དུ་བསྐྱུས་  
 པ་དང་། གཟུགས་མེད་ཉི་ལྔ་འགྲོ་དང་མཐོང་ཆོས་ཞི། ལུས་མདོན་བྱེད་བམེ་རུ་རང་སངས་  
 རྒྱས་གྱི་མིང་ཅན་ཏེ་བརྒྱ་དུག་དང་། ལྷགས་བརྟན་བཞི་ནི། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་

དང་། སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དང་། སྤྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས། དག་བཙམ་ཞུགས་  
 པའི་མིང་ཅན་དེ་བཞི་བཅས་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། སློབ་དཔོན་སེཌ་བཟང་  
 པོའི་ལུགས་ཀྱི་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་  
 བསྟན་བཅུ་བདུན་དང་ཤུགས་བསྟན་གསུམ་ཡོད་པ་ལས། དང་པོ་དངོས་བསྟན་བཅུ་བདུན་  
 རིམ་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱིས་དང་། ལྷའི་རིགས་གནས་རིགས་སྦྲེ་  
 དང་མིའི་རིགས་གནས་རིགས་སྦྲེ་གཉིས། སྤྱིར་འོང་ཞུགས་པ་དང་སྤྱིར་མི་འོང་ཆེ་གཅིག་  
 བར་ཆད་གཅིག་པ་གཉིས། སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་དང་སྤྱིར་མི་འོང་སྦྲེས་འདའ་བ་བར་འདའ་  
 བ་མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཏེ་འདའ་བ་དང་། མངོན་པར་འདུ་བྱེད་དང་བཅས་ཏེ་  
 མེད་པར་འདའ་བ། འོག་མིན་མཐར་ཐུག་འགྲོ་ལས་སྤྱེ་བའི་འཕར་བ་གསུམ། སྤྱི་ཅེའི་  
 མཐར་ཐུག་ཞེས་བསྟན་པའི་གཟུགས་ཀྱི་ཆགས་བཙམ་ལས་སྤྱེ་བའི་མཐོང་ཆོས་ཞི་དང་ལུས་  
 མངོན་བྱེད་གཉིས། བསེ་རུ་རང་སངས་རྒྱས་ཀྱི་མིང་ཅན་གཅིག་སྟེ་བཅུ་བདུན་དང་། གཉིས་  
 པ་ཤུགས་བསྟན་གསུམ་ནི། རྒྱན་ཞུགས་དང་སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བ་གཉིས། དག་  
 བཙམ་ཞུགས་པའི་མིང་ཅན་གསུམ་བཅས་ཉི་ཤུ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། དེ་མེད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིར་  
 མི་འོང་འབྲས་གནས་གཉིས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པའི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བའི་དགེ་སྦྱོང་རྩལ་གྱི་འབྲས་  
 བུ་ཐོབ་སྤྱིར་དུ་བཙོན་བཞིན་པའི་འཕགས་པའི་གང་ཟག་དེ་སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པའི་མཆོན་  
 ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་སྤངས་པས་  
 མ་ཁུབ་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་སྤངས་པས་མ་ཁུབ་  
 པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་ཞེས་པ། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་དང་། འདོད་པ་ལ་འདུན་  
 པའི་འདོད་ཆགས་དང་། གཞོད་སེམས་ཏེ་ལྷ་ལ་བྱེད་པ་གང་ཞིག་འདོད་པ་ལ་འདུན་པའི་འདོད་ཆགས་  
 སྤངས་པའི་སྤྱིར་མི་འོང་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་ས་པོན་སྤངས་

པའི་ཕྱིར་མི་འོང་མེད་པའི་ཕྱིར།

༡༠༥། དེ་ལ་དབང་པོའི་སྒོ་ནས་ཕྱིན་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དང་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་པ་གཉིས་  
 ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་  
 གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་  
 སྒོ་ན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་  
 གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་བཤད་པའི་སྐབས་  
 ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཞེས་པའི་དེ་སྤྱི་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ངོས་བཟུང་  
 ནས་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྤྱི་འདུག་པའི་འདུག་  
 གཞི་ནི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཡིན་ལ། གཞུང་དོན་ནི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དེ་ལ་དབང་  
 བོ་རྣུ་ལ་གྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་དང་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་པ་གཉིས་ཡོད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་དང་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་པའི་དབྱེ་གཞིར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་  
 གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་  
 སལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་  
 གནས་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དང་དེ་གཉིས་ལ་མཆན་མཆོན་  
 གྱི་ཁྱབ་པ་སྒོ་བརྒྱད་པོ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ལ་ཡིན་  
 ཁྱབ་མཉམ་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ངེས་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་དེ་ཡིན་ན་མཆོན་  
 བྱ་དེ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྷ་སལ་  
 ཆེར་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་པའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་དགེ་སྤྱོད་རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་  
 ཡིན་ན། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་མ་ཁྱབ་པའི་སྤྱི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། མཐོང་སྤང་ཀུན་སྤྱོད་  
 གསུམ་སྤངས་པའི་རྒྱ་ཞུགས་འབྲས་གནས་དེ། དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་

ཐལ། མཐོང་སྤང་ཀུན་སྒྲོར་གསུམ་སྤངས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ལ་མཚན་ཉིད་དེ་ཆང་པའི་  
 གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་དེས་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་  
 རྩ་ཕལ་ཆེར་སྤངས་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྤངས་པར་ཐལ། དེས་མཐོང་སྤངས་ཀུན་སྒྲོར་  
 གསུམ་སྤངས་པའི་གྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། མཐོང་སྤང་ཀུན་སྒྲོར་གསུམ་  
 སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཕལ་ཆེར་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་གྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། མཐོང་སྤང་ཀུན་སྒྲོར་གསུམ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐ་  
 མའི་ཆ་མཐུན་རྩའི་མང་ཕྱོགས་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་དགོས་པའི་གྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་  
 བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། མང་ཕྱོགས་སྤངས་ན་ཕལ་ཆེར་སྤངས་པས་བྱལ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཕལ་ཆེར་སྤངས་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་པ་ཞིག་  
 མི་དགོས་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ། བྱིར་འོང་འབྲས་  
 གནས་ཡིན་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་  
 བུ་ཐོབ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་  
 མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་སྤངས་པས་རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་རིགས་སུ་  
 གནས་པའི་དགེ་སྒྲོང་ཚུ་ལ་གྱི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱལ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་  
 ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གེགས་མ་ལུས་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཐོབ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་  
 བྱལ་པའི་གྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་སྤངས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 ན་དག་བཙོམ་པ་ཡིན་དགོས་པའི་གྱིར། དགོས་པའི་གྱིར། འོ་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་  
 པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། བྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཀ་སྤངས་ཟེན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་བྱིར་འོང་འབྲས་གནས་  
 མ་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་རྩ་ཕལ་ཆེར་སྤངས་པ་ལ་



ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་གསུངས་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། མཐོང་སྤང་གུན་སྦྱར་གསུམ་སྤངས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ཀྱིས་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤངས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། མཐོང་སྤངས་གུན་སྦྱར་གསུམ་སྤངས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་ལ་གོང་གི་མཆན་ཉིད་དེ་ཆང་པར་ཐལ། ཅིའི་སྦྱིར། དེ་ཆང་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་རྒྱན་ཞུགས་དེས་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤངས་པ་གང་ཞིག་མཆན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་སྦྱི་མ་ནམས་ཀྱང་དེ་ལ་ཆང་བའི་སྦྱིར། ཉགས་སྦྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་པར་ཐལ། དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་སྦྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ཀྱང་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྦྱི་བའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་སྦྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་དེས་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤངས་པ་གང་ཞིག་དེས་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྟ་པལ་ཆེར་སྤངས་པ་ཞིན་དུ་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་དེ་སྤངས་པ་དེས་རབ་དུ་མ་སྦྱེ་ཚུལ་ཞིག་མེད་པའི་སྦྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤངས་པ་དང་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་གཉིས་ལྟན་གཅིག་དུ་གནས་པའི་སྦྱིར་རོ། །

༡༡༽ ས་མཆོམས་ནི་ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ནས་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུས་བསྐྱུས་པའི་ནམ་གྲོལ་ལམ་མ་ཐོབ་ཚུན་ཆད་ན་ཡོད་དོ་ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་སྦྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྦྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྦྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་ས་མཆོམས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྦྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེའི་གཞུང་དོན་ནི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་ས་མཆོམས་ནི་ཐེག་དམན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཐོབ་ནས་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུས་བསྐྱུས་པའི་ནམ་གྲོལ་ལམ་མ་ཐོབ་ཀྱི་བར་དུ་ཡིན་ཅེས་པ་

ཡིན་ལགས། གཞུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
 ཁས་ལེན་མི་རུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་རུང་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་ས་  
 མཆོམས་འཛིག་ཚུལ་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་  
 མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་མ་ཡིན་ན་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་མཐོང་ལམ་མ་ཐོབ་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་ཀྱི་སྒྲིབ་ལམ་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་  
 པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པར་གྱུར་པའི་སྒྲིབ་ལམ་  
 རྟན་གཅིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་འཕགས་  
 པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་མངོན་པ་ཀུན་བདུས་ལས། རྒྱན་དུ་ཞུགས་པའི་འབྲས་བུ་ཞུགས་པ་གང་ཞེ་ན། དེས་པར་འབྱེད་  
 པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་རྟན་གཅིག་པ་ནས་བཟུང་སྟེ་མཐོང་པའི་ལམ་ཀྱི་སེམས་ཀྱི་སྐད་ཅིག་བཅོམ་ལ་གནས་  
 པའི་གང་ཟག་ ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པར་  
 གྱུར་པའི་སྒྲིབ་ལམ་རྟན་གཅིག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་  
 གོང་དུ་ལུང་དང་མ་ཐག་པ་དེའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་མངོན་པ་ཀུན་ལས་བདུས་ཀྱི་  
 ལུགས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ རང་ལུགས་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་ལུགས་བཞིན་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། རང་ལུགས་ལ་ལུང་དེ་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། རང་ལུགས་ལ་ལུང་དེ་ཁས་  
 ལེན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། རང་ལུགས་རྣམ་བཤད་སྟིང་པོའི་  
 རྒྱན་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལུང་དེ་རྣམ་བཤད་  
 སྟིང་པོའི་རྒྱན་ཀྱི་རང་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། རྣམ་  
 བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས་ཀྱང་གོང་གི་ཀུན་བདུས་ཀྱི་ལུང་དོན་ལྟར་གསུངས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་གསུངས་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས། ས་མཆོམས་སྒྲིབ་ལམ་རྟན་གཅིག་པ་  
 རས་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུས་བསྐྱུས་པའི་རྣམ་གྲོལ་ལམ་མ་ཐོབ་ཚུན་ཆད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྣམ་བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས་ཀྱན་བདུས་ཀྱི་ལུང་དོན་ལྟར་དུ་གསུངས་  
 པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཆར། རང་ལུགས་ལ་གོང་གི་ཀྱན་བདུས་ཀྱི་ལུང་དེ་ཁས་  
 ལེན་དགོས་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ལུང་དེ་རྣམ་བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་གྱི་རང་  
 ལུགས་དང་མཐུན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། རྣམ་བཤད་སྟིང་པོའི་རྒྱན་ལས་  
 ཀྱན་བདུས་ཀྱི་ལུང་དོན་ལྟར་དུ་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་སྤྱི་དོན་ལས་རྣམ་  
 བཤད་ལས་ཀྱང་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་ཀྱན་ལས་བདུས་ཀྱི་བཞེད་པ་བཀོད་པ་ཙམ་ཡིན་གྱི་  
 དེ་ཉིད་སློབ་དཔོན་གྱི་བཞེད་པ་འཆད་པ་མིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཀྱན་བདུས་ཀྱི་བཞེད་  
 པ་བཀོད་པ་ཙམ་ལས་རང་ལུགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རང་ལུགས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛོག་  
 རྒྱལ་དེ་མངོན་པ་མཛོད་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རང་ལུགས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛོག་རྒྱལ་དེ་མཛོད་ལུགས་ཀྱི་ས་མཆོམས་འཛོག་རྒྱལ་དང་མི་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་མཐུན་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ལ་ཤེས་བཞེད་སྐད་ཅིག་མ་བཅུ་དུག་  
 ལས་ཤེས་པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རང་ལུགས་ལ་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་ཡིན་ན་བར་ཆད་མེད་ལམ་པ་ཡིན་པས་  
 བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རང་ལུགས་ལ་ཤེས་པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་གནས་  
 པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་མེད་པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། རང་ལུགས་ཀྱི་ས་མཆོམས་  
 འཛོག་རྒྱལ་མཛོད་ལུགས་དང་མི་མཐུན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མི་མཐུན་པར་ཐལ། ཤེས་  
 པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་  
 བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། མཛོད་ལུགས་ལྟར་ན་ཤེས་པ་བརྒྱད་པོ་གང་རུང་ལ་གནས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་  
 ཞུགས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཤེས་པ་དང་པོ་བདུན་ལ་གནས་  
 པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་སློབ་དཔོན་  
 དབྱིག་གཉེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཛོད་པའི་མཛོད་ལས། དེ་ལ་སྐད་ཅིག་བཅོ་ལྔ་ནི། ཞེས་སོགས་དང་། བཅུ་དུག་པ་ལ་དེ་འབྲས་

གནས། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༣༥ འདོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་རྣམས་དོན་གཅིག་ ཅེས་པའི་གཞུང་ཆོག་  
འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ནས་མ་  
ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་གཞུང་ཆོག་གོང་མ་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྱི་  
དོན་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྲོ་རྩལ་དུ་བསམ་གཏན་  
གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འཇུག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་དང་། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྲོ་རྩལ་དུ་  
འཛིན་ཉེན་པའི་སྒྲིམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་རྣམས་  
དོན་གཅིག་ཅེས་པ་དེ་ཡིན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
ཕྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ས་  
བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་མི་འོང་གི་སྒྲོར་བཤད་པ་ནས་འཕྲོས་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་སྒྲོར་དང་ཕྱིར་མི་འོང་གི་སྒྲོར་བཤད་པ་དགྲ་བཙེམ་གྱི་སྒྲོར་  
བཤད་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་  
ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་སོ་སོར་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དེ་གཉིས་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་དེ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་གཞག་  
པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གང་ལ་གནས་པ་འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

རྟགས་མ་གྲུབ། འདིར་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། འོ་ན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཐོབ་  
 པའི་ཕྱིར་མི་འོང་དང་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྱིས་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་ནམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྱིས་བའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཚོས་ཅན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྔ་རོལ་དུ་བསམ་  
 གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཐོབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་འཛིག་ཉེན་  
 དང་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གང་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འདས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་  
 མི་འོང་ཡང་འདས་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདི་ལ་གཉིས་ཀ་ཡོད་ལགས། འོ་  
 ན། ཁྱོད་ཡིན་དུ་གྱུར་པའི་འཛིག་ཉེན་པའི་ལམ་དང་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་  
 ནས་ཐོབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། འཛིག་ཉེན་པའི་ལམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པའི་  
 འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཛིག་ཉེན་པའི་  
 ལམ་རྒྱུད་ལ་ལྷན་པའི་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ།  
 རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན། འཕགས་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན།  
 ཁྱོད་འཕགས་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་ལམ་ཟག་བཅས་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་ཅན་མེད་པས་  
 མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན་ལམ་  
 ཟག་བཅས་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་ཅན་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་འཕགས་པ་ཡིན་ན་ཁྱོད་ཀྱིས་རྒྱུད་ལ་ཟག་བཅས་ཞི་རགས་ཅན་གྱི་ལམ་མེད་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཕགས་པ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་ལམ་མེད་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། འཛིག་ཉེན་པ་དང་འཛིག་ཉེན་ལས་འདས་  
 པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར་སོ་སྐྱེས་དང་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱེས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་ནས་འཛིག་  
 དགོས་པ་གང་ཞིག དེ་འཛིག་ན་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་འཛིག་ཉེན་པའི་ལམ་མེད་དགོས་པའི་ཕྱིར།

༡༩༥ ཅེས་གསུངས་པ་ཆོ་གོས་དང་ལྷན་པ་དག་གིས་རྣམ་པར་དཔྱོད་ཅིག ཅེས་པའི་གཞུང་།

དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་དེ་འདྲའི་གཞུང་  
 ཆོག་དེ་སྤྱོད་དོན་དང་མཐའ་དཔྱད་གསེར་ཐེང་སོགས་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་དོན་  
 ཉགས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་དོན་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕྲོས་པའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་  
 རོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་ཞུགས་གནས་  
 གང་ལ་བཞག་པ་བཤད་པའི་སྐབས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་  
 པའི་ས་བཅད་དུ་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་བཞི་  
 ཡོད། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་བཞི་མེད་པར་ཐལ། བཞི་པོ་རེ་རེ་ནས་རོས་འཛིན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་དང་།  
 འབྲས་བུ་ཐོད་ཤོལ་བ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་བུ་རིམ་གྱིས་པ་ཞུགས་གནས་  
 གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་བུ་ཅིག་ཅར་བ་ཞུགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་དང་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་རོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ལ་གནས་པའི་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་སྦྱིར་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་བའི་གཞུང་དོན་རོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 ཀུན་བདུས་ཀྱི་སྐྱོད་དང་རྣམ་པར་ཤེས་ཀྱིས་ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་མི་བཞེད་  
 པ་དང་། བྱད་པར་ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཆགས་པ་དེ་སྦྱིར་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་  
 འདོད་ཆགས་དང་བྱད་པར་འཛིན་ཉེན་པའི་སྟོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་  
 ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་བྱེད་པ་དང་། དེའི་ཕྱིར་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྲོ་རོལ་དུ་འཛིན་ཉེན་པའི་སྟོམ་  
 སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཆགས་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་དང་། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྲོ་རོལ་དུ་  
 བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་འོང་མེད་པར་གསུངས་པ་དག་  
 ལ་རྣམ་དཔྱད་དང་ལྡན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ལེགས་པར་དཔྱད་ཅིག་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་  
 མཁོ་རང་ལུགས་ལ་ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཞུགས་འབྲས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་ཕྱིར་འོང་ལ་མི་འཛོག་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྟོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པའི་ཕྱིར།

ཉགས་མ་གྲུབ། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཡོད་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་  
 འོང་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་འོང་བར་  
 ཆད་གཅིག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་བརྒྱད་པ་སྤངས། དགྲུ་པ་མ་སྤངས་ཤིང་ཟག་  
 མེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་འོང་བྱུང་པར་ཅན་གང་ཞིག་འདྲོད་པར་སྐྱེ་སྤྲིད་གཅིག་ལེན་དགོས་ཤིང་  
 ཉེན་དེ་ལ་འདའ་བའི་ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟར་བྱེད་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་  
 གངས་ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་གྱི་ལྷ་ལ་བཙུང་བ་ལ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་བསྐྱུས་པ་ལས། ཕྱིར་  
 འོང་བར་ཆད་གཅིག་པའི་མཆན་ཉིད། འདྲོད་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་བརྒྱད་པ་སྤངས། དགྲུ་པ་མ་སྤངས་  
 ཤིང་ཟག་མེད་ཀྱི་དབང་པོ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་འོང་བྱུང་པར་ཅན་གང་ཞིག་འདྲོད་པར་སྐྱེ་སྤྲིད་གཅིག་ལེན་  
 དགོས་ཤིང་ཉེན་དེ་ལ་འདའ་བ། འདིའི་ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་ཞིག་ཀྱང་ཡོད། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། དེ་ལྟར་ན་ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཞིག་ཁས་ལེན་པར་ཐལ།  
 འདྲོད་ལགས། འོ་ན། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་ཕྱིར་འོང་ཞིག་ཡོད་པར་འདྲོད་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ཅ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྔོན་སྲོང་གི་  
 ཕྱིར་འོང་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཆན་ནས་དགཅིག་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མཐོང་ལམ་  
 གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདྲོད་ཉོན་པལ་ཆེར་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་འོང་ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱ་མཆན་  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཕྱིར་རོ། རྒྱ་མཆན་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདྲོད་ཉོན་པལ་  
 ཆེར་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱ་མཆན་ཞུགས་དང་དགྲུ་བཙུང་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མཐོང་  
 ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདྲོད་ཉོན་པལ་ཆེར་ལ་ཆགས་པ་དང་བྲལ་བའི་རྒྱ་མཆན་ཞུགས་དང་དགྲུ་བཙུང་མ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འདྲོད་ཉོན་གཅིག་ནས་ཡུའི་བར་སྤངས་པ་སྔོན་དུ་སྲོང་བའི་རྒྱ་མཆན་  
 དང་དགྲུ་བཙུང་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་གངས་  
 ཅན་མཁས་པའི་གཙུག་རྒྱན་གྱི་ལྷ་ལ་བཙུང་བ་ལ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་ཐོབ་པ་

མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ཞུགས་པ་དང་གནས་པའི་སྐྱེས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་  
 ཀྱི་རྣམ་པར་བཞག་པ་སློང་གསལ་བཞུགས་པའི་ཐེམ་སྐྱས་ལས། རྒྱུན་ཞུགས་ལ་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤར་འདོད་  
 ཉོན་གཅིག་ནས་ཐུའི་བར་སྤངས་པ་སྒྲོན་སོང་བ་ཡོད་མོད། དག་བཅོམ་པ་ལ་གོགས་སུ་གྱུར་པའི་སྤང་  
 བྱ་འགའ་ཞིག་མཐོང་ལམ་གྱི་སྒྲོན་དུ་ཡང་སྤངས་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུངས་  
 པའི་སྤྱིར། འོ་ན། རྒྱུན་ཞུགས་དང་དག་བཅོམ་གཉིས་ལ་ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་ཡོད་པ་འདོད་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་སྤྱིར། དེ་འདོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་བཞག་པའི་ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་གི་སྤྱིར་འོང་  
 ཡོད་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་ཆང་བའི་རྒྱུན་ཞུགས་དང་དག་བཅོམ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། གཞན་ཡང་། སྤར་  
 ཁྱོད་ཀྱིས་ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་གི་སྤྱིར་འོང་ཡོད་པར་བཤད་པའི་རྒྱ་མཚན་མི་འཐད་པའི་སྤྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། མི་འཐད་པར་ཐལ། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་ཞེས་པའི་ཆགས་པ་དེ་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་  
 ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་  
 ལ་བྱེད་པའི་སྤྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱེད་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྤྱུགས་རབ་  
 འབྱམས་སྤྱོད་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱེད་མཆོག་གི་སྤྱི་དཔལ་བཟང་པོའི་དཔོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། རིགས་པས་ཀྱང་འགོག་རྒྱས་ཏེ། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་ཞེས་པའི་ཆགས་  
 པ་དེ་སྤྱིར་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྱེད་པར་དུ་འཛིག་ཉེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་  
 པའི་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་འདོད་ཆགས་ལ་བྱེད་རིགས་པ་གང་ཞིག ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར།  
 གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུངས་ན། ཆར།

༡༩༥། གོང་དུ་བཤད་པའི་ཞིབ་ཆ་དགོས་པར་སྒྲོན་པར་བྱ་བའི་། རིགས་པ་དང་མི་འགལ་བར་  
 བྱའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་  
 དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 ཆན་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆན་དགེ་འདུན་



ཉི་ཤུ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་གཅིག་པར་  
 ཆད་གཅིག་པའི་དཔྱེ་བ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱི་དོན་  
 ལྟར་སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐ་མའི་  
 ཆ་མཐུན་ལྡེ་པལ་ཆེར་སྤངས་པས་རབ་དུ་སྤྱེ་བའི་དགེ་སྦྱོང་ཚུལ་གྱི་འབྲས་བུ་ལ་གནས་པའི་  
 གང་ཟག་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྡེ་སྤངས་པས། ཞེས་པའི་ཐ་མའི་ཆ་མཐུན་ལྡེ་པོ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་དང་། འདོད་པ་  
 ལ་འདུན་པ། གནོད་སེམས་དང་ལྡེ་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་སྤངས་ཀྱན་  
 སྦྱོར་གསུམ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཛིན་ལྟ་ཀྱན་བརྟགས། ཚུལ་  
 བློམས་བརྟུལ་ཞུགས་མཆོག་འཛིན། ཐེ་ཆོམ་ཉོན་མོངས་ཅན་དང་གསུམ་ཆོས་ཅན། དེ་  
 གསུམ་པོ་མཐོང་སྤངས་ཀྱན་སྦྱོར་གསུམ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ལ་དཔྱེ་ཚུལ་དུ་མ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དབང་པོ་སྣོན་ནས་དཔྱེ་ཚུལ་དང་འབྲས་བུ་  
 ཐོབ་ཚུལ་གྱི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་ཚུལ། སྦྱོར་བའི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་ཚུལ་དང་གསུམ་ཡོད་པ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མེད་པར་ཐལ། སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ལ་དབང་པོའི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་ཚུལ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་འོང་འབྲས་གནས་དད་མོས་པ་དང་མཐོང་ཐོབ་པ་གཉིས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་པོ་དབང་པོའི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་བ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་སྤྱིར་འོང་དང་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་བའི་སྤྱིར་འོང་གཉིས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་པོ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱོར་བའི་སྣོན་ནས་དཔྱེ་བ་གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་

ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས་  
 ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཅམ་པོ་བ་དང་ཁྱད་པར་ཅན་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཕྱིར་  
 འོང་འབྲས་གནས་ཀྱི་སྒྲིབ་པའི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་བ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པའི་ངོ་བོ་འཇམ་མཆན་ཉིད་འཛིག་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདོད་ཉོན་བདུན་པའམ་བརྒྱད་པ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་  
 འོང་འབྲས་ཁྱད་པར་ཅན་གང་ཞིག་འདོད་པ་སྐྱེ་བ་ལན་གཅིག་ཐུངས་ནས་མུང་འདས་མངོན་དུ་  
 བྱེད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པའི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པའི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་གཅིག་  
 བར་ཆད་གཅིག་པ་དང་། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་སོང་གི་ཕྱིར་འོང་འབྲས་གནས་ཁྱད་པར་ཅན་ཆེ་  
 གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་གཉིས་ཆོས་ཅན།

༡༥༥ ཀྱན་ལས་བདུས་དང་མཛོད་པའི་ལུགས་སོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་  
 དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 ཆོག་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་སྦྱོང་  
 རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་བཞིར་འཛིག་པའི་རྒྱ་མཆན་འཆད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དགེ་སྦྱོང་གི་རྒྱལ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དགེ་སྦྱོང་གི་རྒྱལ་ཆོས་ཅན། དེ་དང་མཉམ་དུ་  
 འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་  
 ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་སྦྱོང་རྒྱལ་གྱི་འབྲས་བུ་ངོས་བཟུང་

བཙུགས་པ་ཅན། འོ་ན། དགེ་སློང་ཚུ་ལ་གྱིས་འབྲས་བུ་ངོས་བཟུང་བ་ཚོས་ཅན། དེ་གཉིས་ཀྱི་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་བཞིར་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་བཤད་པ། འབྲས་བུ་བཞི་ཐོབ་ཤེད་ཀྱི་རྒྱ་བཤད་པ་གཉིས་པོ་དེ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གང་ལ་གནས་པའི་འབྲས་བུ་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལ་གནས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འདིར་དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབུད་པ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་བའི་ཀྱན་ལས་བདུས་དང་མཛོད་པའི་ལུགས་སོ། ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་དགེ་སློང་ཚུ་ལ་གྱིས་འབྲས་བུ་བཞིར་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་གཉིས་ཞེས་པ་དེ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སློང་ཚུ་ལ་གྱིས་འབྲས་བུ་བཞིར་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་གཉིས། ཞེས་པའི་དགེ་སློང་ཚུ་ལ་གྱིས་འབྲས་བུ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་དང་། སྤྱིར་འོང་གི་འབྲས་བུ་དང་སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་དག་བཙུགས་པའི་བུ་དང་བཞི་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སློང་གི་ཚུ་ལ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སློང་གི་ཚུ་ལ་དེ་ལ་རྒྱས་པར་སྤྱོད་ན་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་དགུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐོང་སྤངས་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བརྒྱད། སྒོ་མ་སྤངས་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བརྒྱད་ཅུ་ཅ་གཅིག་རྣམས་ཚོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཚོས་ཅན། དགེ་སློང་གི་ཚུ་ལ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐོང་སྤངས་སྤོང་བྱེད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བརྒྱད་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འདྲོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་སྐྱུག་བསྐྱུལ་མཐོང་པོ་

སྤངས་སོགས་སྤྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བཞི་དང་ཁམས་གོང་གི་སྤངས་བསྐྱུས་ཀྱི་སྐྱུ་ག་  
 བསྐྱུས་མཐོང་སྤངས་སོགས་སྤྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བཞི་པོ་དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན།  
 འོ་ན། མཐོང་སྤངས་སྤྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བཞི་པོ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སྤྲོད་གི་ཚུལ་དེ་ལ་ཡང་སྒྲོམ་སྤངས་སྤྲོད་ཀྱི་བར་ཆད་མེད་ལམ་བཞི་པོ་  
 ཅུ་ཅ་གཅིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། རོས་འཛིན་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། ཁམས་གསུམ་ས་དགུའི་སྒྲོམ་སྤངས་བཞི་ཅུ་ཅ་གཅིག་སྤྲོད་ཀྱི་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་བཞི་ཅུ་ཅ་གཅིག་པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྐྱབ་ཀྱི་ལུང་  
 རོས་འཛིན་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དགེ་སྤྲོད་ཚུལ་ནི་དྲི་མེད་ལམ། །འབྲས་བུ་  
 འདུས་བུས་འདུས་མ་བུས། །ཞེས་སོགས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སྤྲོད་གི་ཚུལ་  
 གྱི་འབྲས་བུ་བཞེར་འཛིན་པའི་ཚུ་མཆོན་དེ་ལ། ཀུན་བདུས་དང་མཛོད་པའི་ལུགས་གཉིས་ཡོད་པ་ལས་  
 དང་པོ་ཀུན་བདུས་ལྟར་གསུང་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་དག་  
 བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཚུ་མཆོན་གསུང་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དག་བཅོམ་  
 པའི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་པའི་བགལ་གསུ་གཙོ་པོ་ནི་ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་  
 ཡིན་ལ། དེ་ཐམས་ཅད་སྤངས་པའི་སྒྲོ་ནས་དག་བཅོམ་པའི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར་རོ།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་སྐྱུ་ག་མ་གསུམ་པོ་འཛིན་པའི་ཚུ་མཆོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཚུ་མཆོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉོན་མོངས་པའི་སྐྱབ་པ་དེ་ལ་མཐོང་སྤངས་ཉོན་མོངས་དང་སྒྲོམ་སྤངས་  
 ཉོན་མོངས་གཉིས་སུ་ཡོད་པ་ལས། མཐོང་སྤངས་ཉོན་མོངས་སྤངས་པའི་ཆ་ནས་རྒྱན་ཞུགས་  
 ཀྱི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཚུ་མཆོན་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྲོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་ལ་འདོད་པའི་སྤངས་བསྐྱུས་དང་  
 ཁམས་གོང་གི་སྤངས་བསྐྱུས་ཀྱི་སྒྲོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་གཉིས་ལས། འདོད་པའི་སྤངས་བསྐྱུས་  
 ཉོན་མོངས་ཐལ་ཆེར་སྤངས་པ་ལ་ཕྱིར་འོང་གི་འབྲས་བུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་

ཐལ། སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་འཛོལ་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདོད་པའི་སྤྱིར་བསྐྱུ་ས་ཀྱི་སྒྲོམ་སྤངས་ཉོན་མོངས་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་ལ་སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་འཛོལ་པའི་སྤྱིར། འོ་ན། དེ་མ་ལུས་པར་སྤངས་པ་ལ་སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་འཛོལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འབྲས་བུ་བཞི་འཛོལ་པའི་རྒྱ་མཚན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༦༥ རྒྱ་ལྷགས་འབྲས་གནས་དེ་འབྲས་གནས་བཞིར་སྤྱེ་བའི་འབྲས་གནས་དང་པོ་གང་ཞིག་རྒྱ་ལྷགས་ཀྱི་རྟགས་པ་སྒྲོན་དུ་མ་སོང་བའི་དེ་གཉིས་ཡོད་པའི་སྤྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླུ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འབྲས་བུ་རི་མ་གྱིས་པ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། ཆགས་བྲལ་སྒྲོན་མོང་ལྷགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་བུ་རི་མ་གྱིས་པ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ། སྤང་བུ་ཅིག་ཅར་པ་ལྷགས་གནས་གང་ལ་བཞག་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་བཞི་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མོ་སྤྱིར་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལ་གནས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གང་ལ་གནས་པ་འབྲས་བུའི་རྣམ་གཞག་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དཔུང་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་

ཞིག་འགྲེལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་དེ་འབྲས་  
 གནས་བཞིའི་དང་པོ་གང་ཞིག་དེའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཕྱིར་འོང་དང་ཕྱིར་མི་  
 འོང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པའི་རྟགས་ཀྱིས་འབྲས་བུ་བར་བ་གཉིས་སམ་ཕྱིར་འོང་དང་ཕྱིར་  
 མི་འོང་གཉིས་ལ་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་ཡོད་པར་བསྐྱབ་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རྟགས་དེ་  
 ལ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རྒྱན་ཞུགས་འབྲས་གནས་དེ་འབྲས་གནས་  
 བཞིར་སྟེ་བའི་དང་པོ་གང་ཞིག་དེའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཁྱོད་ཡོད་ན། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་  
 འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་ཡོད་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཕྱིར་འོང་དང་ཕྱིར་མི་  
 འོང་གང་རུང་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ།  
**ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་བྱུང་བར་ཐལ། ཕྱིར་འོང་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་  
 གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བ་གང་ཞིག་ ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན་ཡང་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་ཐོད་ཀྣལ་བ་  
 གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། **རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ།** དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན་  
 འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་ཐོད་ཀྣལ་བ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་བྱུང་  
 པར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན་རྒྱན་ཞུགས་དེ་འབྲས་གནས་བཞིར་སྟེ་བའི་དང་པོ་གང་ཞིག་དེའི་  
 རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། **བྱུང་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། ཕྱིར་  
 མི་འོང་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་དང་རིམ་གྱིས་པ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།**  
 དེ་བྱུང་བར་ཐལ། ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན་རྒྱན་ཞུགས་དེ་འབྲས་གནས་བཞིར་སྟེ་བའི་དང་པོ་གང་ཞིག་དེའི་  
 རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བ་དང་མ་སོང་བ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། **རྟགས་བྱུང་གཉིས་ཀྱིས་ཀྱང་**  
**བྱུང་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། ཕྱིར་མི་འོང་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་གང་  
 རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཚར། ཕྱིར་མི་འོང་ཞུགས་པ་ཡིན་ན་ཡང་  
 དེ་ཡིན་པས་བྱུང་། ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་ཡིན་ན་ཡང་དེ་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། དང་པོ་ཕྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་ཡིན་ན་འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བ་དང་འབྲས་བུ་  
 རིམ་གྱིས་པ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀྣལ་བའི་

སྤྱིར་འོང་གི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་འབྲས་གནས་ཆོས་ཅན། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་  
 ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་སྤྱིར།** ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་  
 ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱོད་  
 འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླལ་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **བྲལ་པ་མ་བྱུང་།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྲལ་  
 པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླལ་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་མི་འོང་། མཐོང་  
 ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་སྤྱིར་མི་འོང་རྣམས་དོན་གཅིག་ཡིན་པའི་སྤྱིར།  
**རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་རབ་འབྲམས་པ་པཎ་ཆེན་  
 བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྤྱོད་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངའ་དཔའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྡོན་མེ་ལས། འབྲས་  
 བུ་ཐོབ་ཚུལ་གྱི་སྡོན་ནས་དབྱེ་ན། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་མི་འོང་གཉིས།  
 དང་པོ་དང་རྒྱན་ཞུགས་ཀྱི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་དོན་གཅིག་གཉིས་པ་དང་འབྲས་  
 བུ་ཐོད་ཀླལ་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྡོམས་འདུག་  
 ཐོབ་པའི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་། མཐོང་ལམ་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཏུ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྡོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་  
 ཉོན་དགུ་པ་སྤངས་པའི་སྤྱིར་མི་འོང་རྣམས་དོན་གཅིག་ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། **གསུངས་པའི་**  
**སྤྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླལ་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་དང་ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་  
 མི་འོང་སོགས་དོན་གཅིག་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླལ་  
 བའི་སྤྱིར་མི་འོང་གི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་སོང་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་ཆོས་ཅན། ཆགས་བྲལ་སྡོན་སོང་གི་སྤྱིར་  
 མི་འོང་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་སྤྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འབྲས་བུ་ཐོད་ཀླལ་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་  
 པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་ཞུགས་དེ་འབྲས་གནས་བཞིར་སྤྱོད་པའི་དང་པོ་  
 གང་ཞིག་དེའི་རྟོགས་པ་སྡོན་དུ་མ་སོང་བའི་སྤྱིར་མི་འོང་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **བྲལ་པ་མ་བྱུང་།** མ་  
 བྲལ་ན། ཆར། སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་འབྲས་གང་རུང་ཡིན་ན། འབྲས་བུ་རིམ་གྱིས་པ་དང་འབྲས་བུ་  
 ཐོད་ཀླལ་བ་གང་རུང་ཡིན་པས་མ་བྲལ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར།

༡༥༥ སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པོ་ལས་  
 མེད་པའི་ཆ་ནས་དེར་བརྗོད་པའི་སྤྱིར་མི་ཐེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་  
 འོང་འབྲས་གནས་བཤད་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་མི་འོང་ཞུགས་  
 པ་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་འོང་གི་སྒྲོར་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་ཞུགས་  
 ཀྱི་སྒྲོར་བཤད་པ། སྤྱིར་མི་འོང་གི་སྒྲོར་བཤད་པ། དབྱ་བཙམ་གྱི་སྒྲོར་བཤད་པ་དང་གསུམ་  
 པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མོ་མོར་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་  
 དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱིར་བཤད་པ་དེ་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ལ་གནས་པ་གང་ཟག་གི་རྣམ་པར་གཞག་པ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། གང་  
 ལ་གནས་པ་འབྲས་བུའི་རྣམ་པར་གཞག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་  
 ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། དགེ་འདུན་ཉི་ཤུའི་མཐའ་དབྱུང་པ་ལས་  
 འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་འགྲེལ་རྒྱ་  
 མེད་པའི་སྤྱིར་མི་ཉགས་མ་གྲུབ། འཛིན་ཉེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་  
 ཉོན་བརྒྱུད་པ་མ་སྤངས་ཀྱང་སྤྱིར་འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་མ་ཡིན་པའི་སྒྲོན་མེད་  
 དེ། དེ་ལ་སྤྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཛིན་ཉེན་པའི་སྒྲོམ་



སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པོ་ལས་མེད་པས་རྒྱ་མཚན་གྱིས་དེ་ལ་ཕྱིར་  
 འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པར་བརྗོད་པ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཕྱིར་  
 འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་ལ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་བདུན་པ་ཙམ་  
 སྤངས་པ་དང་བརྒྱད་པ་ཡང་སྤངས་པའི་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། དང་པོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་བདུན་པ་ཙམ་སྤངས་  
 པའི་ཕྱིར་འོང་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་པ་གསུངས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཆེ་གཅིག་བར་ཆད་གཅིག་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བར་ཆད་གཅིག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
**རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་འཇིག་རྟེན་  
 པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པུ་ལས་ལྷག་པ་ཞིག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **ཡོད་པ་**  
**རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེས་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་བརྒྱད་  
 པ་མ་སྤངས་པ་ཞིག་ དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་སྟེ།** གོང་དུ་ཞུས་པ་བཞིན་ཕྱིར་  
 འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་  
 འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པུ་ལས་མེད་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བཞག་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཁྱིད་  
 ཀྱིས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་  
 འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པུ་ལས་མེད་ན། ཁྱིད་བར་ཆད་གཅིག་པར་འཇིག་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་བཞི་པ་སྤངས་པའི་རྒྱན་ཞུགས་དེ་ཆོས་  
 ཅན། བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱིད་ཀྱིས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་  
 འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་  
 པུ་ལས་མེད་པའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་།** མ་བྱུབ་ན། ཆར། འོ་ན། ཁྱིད་ཀྱིས་ཕྱིར་མི་འོང་གི་  
 འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་གཅིག་པོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་  
 པུ་ལས་མེད་ན། ཁྱིད་བར་ཆད་གཅིག་པར་འཇིག་པས་མ་བྱུབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན།  
 ཆར། འཇིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་བདུན་ཙམ་སྤངས་པའི་ཕྱིར་འོང་ཆེ་གཅིག་

བར་ཆད་གཅིག་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་བར་ཆད་གཅིག་པ་ཡིན་པའི་སྐབ་བྱེད་ལ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཕྱིར་མི་  
 འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པ་ལ་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོ་འཇིག་རྟེན་པའི་སྒོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་དགུ་  
 པ་གཅིག་པུ་ལས་མེད་པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་རྟགས་འགོད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཅམ་མ་ཡིན་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་  
 རྒྱལ་སྐྱེས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིན་མེ་ལས། འདི་  
 ལ་འདོད་ཉོན་བརྒྱད་པ་མ་སྤངས་པ་ཡོད་ན་བར་ཆད་གཅིག་པར་མི་འགྱུར་རོ་ཞེས་ན་སྒྲིན་མེད་དེ། ཕྱིར་  
 མི་འོང་གི་འབྲས་བུ་ཐོབ་པའི་བར་ཆད་ཀྱི་གཙོ་བོར་འདོད་ཉོན་དགུ་པ་གཅིག་པོ་ལས་མེད་པའི་ཆ་ནས་  
 དེར་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།



# ༄༅། ཕར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་སྒྲིབ་ལམ་ སྒྲིབ་གྱི་ཐལ་ཕྱེང་།

༄༅། ༡༥ དེ་གཉིས་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའི་ལུས་རྟེན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། མཛོད་ལས། དེ་ནི་ཆོས་  
མཆོག་དང་ས་གཅིག་ ཅེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུལ་དོན་  
གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་  
ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལུས་རྟེན་བཤད་པ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སེམས་རྟེན་བཤད་  
པ་དེ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟེན་བཤད་པ་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་གཉིས་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའི་ལུས་རྟེན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། མཛོད་ལས་དེ་ནི་ཆོས་མཆོག་དང་ས་  
གཅིག་ ཅེས་པའི་གཞུང་དེའི་དེ་གཉིས་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའི་དེ་སྒྲིབ་འདུག་པའི་འདུག་གཞི་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཆོས་མཆོག་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའི་ལུས་རྟེན་དང་  
མཐོང་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའི་ལུས་རྟེན་གཉིས་པོ་དེ་དེ་སྒྲིབ་འདུག་གཞི་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁམས་གོང་གི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་  
སྒྲིབ་པའེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་  
སྒྲིབ་པའེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྒྲིབ་པའེད་པར་ཐལ།  
གཟུགས་ཁམས་ན་འཁོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། ཁམས་  
གོང་ན་འཁོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། གོང་མ་གཉིས་ན་  
འཁོར་བ་ལ་སྒྲིབ་པའེད་པ་དང་ཁྱད་པར་གཟུགས་མེད་ན་ལུང་ལ་བརྟེན་པའེད་པ་གང་ཞིག་ མཐོང་ལམ་

གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་གི་སྐྱོ་བ་དང་ལུང་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་གི་སྐྱོ་བ་དང་ལུང་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་བཤམ། དེ་  
 ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་ཀུན་མཁྱེན་གཉིས་པ་སྒྲོ་བ་དཔོན་དབྱིག་གཉིན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མངོན་པ་མངོན་ལས། དེ་ཡང་མངོན་ལས་  
 འདོད་པར་གསུམ་ཐོབ་ཐ་མ་ནི། །གསུམ་དུ་འོག་པ་མཐོང་ལམ་མེད། །མི་སྐྱོ་ལུང་ལས་འདིར་ཚུམ་  
 ཞིང་། །དེ་མཐར་ཕྱིན་ཅེས་འབྱུང་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་  
 རྟ་ མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ལ་ཡིད་འབྱུང་གི་སྐྱོ་བ་དང་ལུང་གཉིས་ཀ་ལ་བརྟེན་དགོས་པར་བཤམ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས།  
 འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་བཤམ། དེའི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་བཤམ། དེའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་བཟོད་པ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲུབ་ལམ་བཟོད་པ་དངོས་སུ་  
 གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་མེད་  
 པར་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་  
 ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དེའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲུབ་ལམ་བཟོད་པ་དང་ཆོས་མཆོག་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་དེ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེའི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 བཟོད་པ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། ཆར། འོ་ན། སྒྲུབ་ལམ་དང་པོ་  
 གསུམ། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་སྐྱེ་བ་ཡོད་  
 པར་བཤམ། དེ་ལྟར་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་  
 སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་  
 དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་པ་ལྟར་ན་སྒྲུབ་ལམ་དང་པོ་གསུམ་འདོད་པའི་སྒྲ་  
 མི་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྐྱེ་ཞིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ དེ་གཉིས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐྱེ་དོན་ལུས་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་རྣམ་བཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་ལུས་རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཐའ་དབུད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་གཉིས་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་གཅིག་པའི་ཕྱིར་རྟེ། ཞེས་པའི་ལུང་གི་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐུབ་ལམ་ཆོས་མཆོག་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་དང་  
 མཐོང་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་ལུས་རྟེན་གཉིས་གཅིག་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐུབ་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་དེ་ལ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལུས་རྟེན་དང་། སེམས་རྟེན་གཉིས་ཆོས་ཅན། ལུས་རྟེན་དང་། སེམས་  
 རྟེན་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐུབ་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་རྟེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ལུས་རྟེན་དེ་ལ། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གི་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་  
 སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། འགྲོ་བ་རིགས་དུག་གི་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁམས་གོང་གི་ལུས་རྟེན་དང་ངན་སྲིང་  
 གསུམ་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག ལྷག་པ་རྣམས་ལ་ཡང་སྦྱོར་ལམ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཁམས་གོང་གི་ལུས་རྟེན་དང་ངན་སྲིང་གསུམ་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་  
 ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཁམས་གོང་གི་ལུས་རྟེན་དང་ངན་སྲིང་གསུམ་གྱི་ལུས་  
 རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁམས་གོང་གི་

ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་སྦྱེ་བ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ ངན་སྲོང་གསུམ་གྱི་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་  
དུ་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རེ་རེ་ནས་ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁམས་གོང་མའི་  
ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
གཟུགས་ཀྱི་ལྗེ་ལུས་རྟེན་ལ་སྦྱོར་ལམ་གསར་དུ་སྦྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་  
ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་རྣམ་འདྲན་བཞི་པ་ཟས་གཙང་གི་སྤྲིང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བཅོམ་ལྷན་འདས་ཀྱི་ལྗེ་ལྷོ་གྲོས་རབ་གནོན་གྱིས་ཞུས་པའི་མདོ་  
ལས། འདོད་པ་དང་གཟུགས་ན་སྦྱོད་པའི་ལྗེ་ལྷོ་བྲེ་བ་ཕྲག་བརྒྱས་ཆོས་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་  
མེད་ཅིང་ངི་མ་དང་བྲལ་བ་རྣམ་པར་དག་པ་ཐོབ་པོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྲལ་བ་མ་བྱུང་། འཁོར་  
གསུམ། དེ་ལྟར་བྲལ་བར་ཐལ། ལྗེ་ལྷོ་བྲེ་བ་ཕྲག་བརྒྱ་ཡན་ཆད་ཀྱིས་རྟེན་འདོད་གཟུགས་ཀྱི་ལྟར་  
བརྟན་ཅིང་། ཆོས་ཀྱི་མིག་མཐོང་ལམ་དང་། རྒྱལ་མེད་པས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དང་ངི་  
མ་དང་བྲལ་བས་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་བརྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བརྟན་པར་  
ཐལ། དེ་ལྟར་བརྟན་པ་དེ་ཡང་གིང་རྟ་ཆེན་པོ་འཕམ་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་དཀྱིས་མཇོད་པའི་ཀླན་བདུས་ལས། ཆོས་རྣམས་ལ་ཆོས་ཀྱི་མིག་  
རྒྱལ་མེད་ཅིང་ངི་མ་དང་བྲལ་བ་སྦྱེས་སོ། ཞེས་གང་གསུངས་པ་དེ་ནི། མཐོང་བའི་ལམ་གྱི་དབང་དུ་  
མཇོད་ནས་གསུངས་པ་སྟེ། ཆོས་ལ་བཟོད་པ་རྣམས་ཀྱིས་ནི་རྒྱལ་མེད་པའོ། །ཆོས་ཤེས་པ་རྣམས་ཀྱིས་  
ནི་ངི་མ་དང་བྲལ་བའོ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་ཡོངས་འཛིན་གྱི་སྟོན་སྲུང་པར་  
དུ་འཕམ་པས་པར་བརྟན་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་ཚུ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱོད་པོ་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་ཚུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་

མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཐེག་ཆེན་ཐུབ་ལམ་པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་ཐུབ་ལམ་པའི་ཕྱི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་སྟོན་ཤེད་ཀྱི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་  
 གཉིས་རེ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དང་པོ་མདོ་ལས་བསྟན་པ་ཡོད་དེ། རབ་  
 འབྱོར་གཞན་ཡང་བྱང་ཆེན་གྱི་དགེ་བའི་བསེས་གཉེན་ནི། གང་དེ་ལ་གཟུགས་མི་རྟག་ཅེས་  
 བྱ་བ་མ་དམིགས་པའི་ཚུལ་གྱིས་ཆོས་སྟོན་ཅིང་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། གཉིས་པ་བསྟན་  
 བཅོས་ལས་བསྟན་པ་ཡོད་དེ། མདོ་རྟོགས་རྒྱན་ལས། སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་  
 སོགས། རོ་བོ་ཉིད་མེད་སོགས་སྟོན་ཤེད། རེ་ཡི་མི་མཐུན་ཚུགས་པོར་བ། རྣམ་པ་  
 ཀྱན་དུ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མོ་ལོ་  
 ཀ་དེའི་ཆོག་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐབས་མཁས་ཀྱི་བྱད་པར་  
 སྟོང་ཉིད་ལ་སེམས་མི་འགོང་བ་སྟེ། སྟོང་ཉིད་ལ་མི་སྐྱག་པ་དང་ཀྱན་དུ་མི་སྐྱག་པར་བྱེད་  
 པ། ཆོས་སྟོན་པའི་བྱད་པར་རོ་བོ་ཉིད་མེད་པ་ལ་སོགས་པས་མདོ་མཐོའི་ལམ་སྟོན་པར་  
 བྱེད་པ། འགལ་ཆེན་སྟོང་བའི་བྱད་པར་སྟེན་དུ་གདེ་ཡི་མི་མཐུན་ཚུགས་པོར་བཞི། རྣམ་  
 པ་ཀྱན་དུ་ཡོངས་འཛིན་ཏེ་དགེ་བའི་བསེས་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་སོགས། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། ཐུབ་བ་འགོད་པ་  
 དང་མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་  
 ཐུབ་བ་འགོད་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་ཐུབ་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྟོང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་ཐུབ་ལམ་པའི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ཏེ། བྱང་  
 སེམས་ཐུབ་ལམ་པ་སྟོང་མཐའ་དང་ཞི་མཐའ་གང་དུ་ཡང་མི་ལྟོང་བར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་  
 ཐུབ་ལམ་པའི་མདོ་རྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་ཐུབ་ལམ་པའི་བདག་ཆེན་དུ་གྱུར་  
 པའི་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་ཐུབ་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ཏེ།  
 དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྟོགས་པར་སྟོན་པའི་དེའི་བདག་ཆེན་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བསེས་གཉེན་



ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་སྒྱུར་བ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཉིས་པ་མཐའ་དཔུང་  
 པ་ལ། ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་དང་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་འཛིན་གྱུ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་  
 ཡོངས་འཛིན་གྱི་མཆན་ཉིད་འཛིན་གྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་  
 ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་དགེ་བཤེས་དེ། བྱང་སེམས་  
 སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ལགས། འོ་ན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་  
 པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་  
 ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་  
 བྱེ་བྲག་སྒྲ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་པའི་  
 སྟོབ་དཔོན་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ཆ་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པའི་  
 དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་བྱེ་བྲག་སྒྲ་  
 པའི་སྟོབ་དཔོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་  
 བྱེ་བྲག་སྒྲ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་  
 ཅམ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཡོངས་འཛིན་དུ་གྱུར་  
 པའི་སེམས་ཅམ་པའི་སྟོབ་དཔོན་ཡོད་པར་ཐལ། ཇོ་བོའི་ཡོངས་འཛིན་གསེར་སྤིང་པ་དང་། ཤུན་པ་གཉིས་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར། འབྲུག་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་འབྲུག་པར་ཐལ། སྤུང་སེམས་ཅམ་རྣམ་བཤེན་པ་  
 དང་ཕྱི་མ་རྣམ་རྟུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་ན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་སེམས་  
 བསྐྱེད་ཉི་ཤུ་དང་། ལྟོང་ཉིད་བཙུང་བ་ཀྱང་སོགས་སྟོན་ཞུས་པར་ཐལ་ལོ། །

༤། དེར་གྱུར་པའི་ཐོས་བསམ་གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་  
 ཡིན་གསུང་གྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ནས་

ཡིན་ལགས། སྒྲིབ་ཀྱི་ཡུལ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིབ་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་སྒྲིབ་ལམ་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་ཆོན་དེ་སྒྲིབ་ལམ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་སྒྲིབ་ལམ་ནས་ཡིན་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་ན་སྒྲིབ་ཕྱི་གི་ཤེས་པ་ཡིན་པས་ནི་མ་བྱུང་སྟེ། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྒྲ་ཕྱི་དེ་དག་སྒྲིབ་ལམ་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྒྲིབ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་རྒྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་ཇོགས་ཇེས་སུ་བྱུང་པའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་ཇེས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིན་ཉིད་པའི་ལམ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྲིབ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་ལཱི་སྒྲིབ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་ལཱི་སྒྲིབ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱུང་ཆོས་ལཱི་པོ་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱུང་ཆོས་ལཱི་པོ་མདོར་བསྟན་བྱེད་དང་རྒྱས་པར་འཆད་བྱེད་ཀྱི་གཞུང་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་དེ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་ལཱི་སྒྲིབ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུ་ལ་མདོར་བསྟན་པ་དང་། དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་རྒྱས་པར་འཆད་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲིབ་ལམ་ཡིན་ན་འཛིན་ཉིད་པའི་ལམ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཙུམ་

པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ།  
**འདྲིང་ལགས།** འདྲིང་ན། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་  
ལམ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་  
ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འཕགས་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྒྲེའི་དཔྱོད་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་  
རྟོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་དེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་ན། མི་  
འཐད་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ་འཇིག་  
རྟེན་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་འཕགས་  
རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། ཉན་ཐོས་  
དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། འཕགས་རྒྱུད་གྱི་མཁྱེན་  
པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** ཆར། འདྲིང་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་  
ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** ཆར། འདྲིང་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** ཆར། འདྲིང་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་ན། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་  
ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདྲིང་ལགས།** ཅུ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། འཇིག་  
རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་རྒྱུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་  
རྟོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་  
པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྟོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་བདེན་པ་

མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་དེའི་འཛིག་བྱེད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྩྭ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་  
 བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྤེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། རང་རྩ་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ཐར་བ་ཆ་མཐུན་རྟོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་གྱི་འཛིག་བྱེད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཡིན་ན། དེ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཉན་ཐོས་དགྲ་བཙུམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་  
 ཆོས་ཅན། མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༥༥ ཐེག་དམན་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
 རྩ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས།  
 སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྩ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་སྒྱུར་ལམ་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་ཆོན་དེ་སྒྱུར་ལམ་  
 ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྤྲ་མངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་སྒྱུར་ལམ་ནས་ཡིན་ཚུལ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དེས་བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་  
 པའི་མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱུ་བྱང་སེམས་དེའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱིང་རྗེ་  
 ཆེན་པོ་བྱང་སེམས་དེའི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་དུ་བསྟན་པ་གང་ཞིག་ཅེས་པ། གཞུང་འདིའི་  
 ཆོག་སྤྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྤྲ་ཕྱི་དེ་དག་སྒྱུར་ལམ་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་དང་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་  
 འཛིག་རྩ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་རྟོགས་  
 པར་སྒྲོན་པའི་དེའི་བདག་རྒྱུན་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་

པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་དང་། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་སྲིད་མཐའ་དང་ནི་མཐའ་གང་དུ་  
 ཡང་མི་ལྷུང་བར་བྱེད་པའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་མངོན་རྟོགས། བྱང་སེམས་སྦྱོར་  
 ལམ་པའི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་  
 ཕྱི་ལོ་སྒྲ་མ་ཡིན་ན། ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་ཁྱབ། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ནང་གི་སྒྲ་མ་ཡིན་  
 ན། ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་འདོད་ལགས། ཁྱབ་  
 ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་སྒྲ་མ་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་  
 ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་  
 ལམ་ལྗོན་པར་སྟོན་པའི་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་  
 སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་  
 ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་ལམ་ལྗོན་པར་སྟོན་པའི་དེ་དང་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་  
 པ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྦྱོར་  
 ལམ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་ཕྱི་ལོ་སྒྲ་མ་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་  
 འཛིན་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་  
 ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངའ་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་  
 གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཅ་རྟགས་ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་ཕྱི་ལོ་སྒྲ་མ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་དང་  
 དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་ཕྱི་ལོ་སྒྲ་མ་ཡིན་ན། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཡིན་  
 པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཀྱི་  
 ལམ་ལྗོན་པར་སྟོན་པའི་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་  
 སྦྱོར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བྱང་སེམས་

སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་མ་ཡིན་ན། ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་  
 པའི་ནང་གི་སྒྲ་མ་ཡིན་ན། ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་བྱུང་པ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་མེད་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཙ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པ་ལ་ཐབས་ཤེས་  
 གྱི་ལམ་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན། བྱང་  
 སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་  
 པ་ལ་ཐབས་ཤེས་གྱི་ལམ་རྫོགས་པར་སྟོན་པའི་དེ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐབས་མཁས་གྱི་བྱང་པར།  
 ཆོས་སྟོན་པའི་བྱང་པར། འགལ་ཁྱེན་སྟོང་པའི་བྱང་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། ཐབས་མཁས་གྱི་བྱང་པར། ཆོས་སྟོན་པའི་བྱང་པར། འགལ་  
 ཁྱེན་སྟོང་པའི་བྱང་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་  
 བྱང་ལས། བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་དགེ་བཤེས་ནི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐབས་མཁས་གྱི་བྱང་པར། ཆོས་སྟོན་པའི་བྱང་པར། འགལ་ཁྱེན་  
 སྟོང་པའི་བྱང་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། བྱང་པར་གསུམ་དང་ལྡན་པའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་  
 གྱུར་པའི་དེའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པའི་བདག་ཁྱེན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། བྱང་པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་དགེ་  
 བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་པའི་བདག་ཁྱེན་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་  
 འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱང་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་

པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས།  
དེ་ལ་ཐབས་ཤེས་ཚྭ་གསུམ་པར་སྟོན་པའི་དེའི་བདག་ཀྱིས་དུ་གྱུར་པའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་སྦྱར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན། ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བྱང་སེམས་སྦྱར་ལམ་པའི་ཕྱིའི་ཡོངས་འཛིན་ཡིན་ན།  
བྱང་སེམས་སྦྱར་ལམ་པའི་བདག་ཀྱིས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བྱང་  
པར་གསུམ་ལྡན་གྱི་ཐེག་ཆེན་སྦྱར་ལམ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་དེའི་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་ཆོས་ཅན།  
ཐེག་ཆེན་སྦྱར་ལམ་པའི་བདག་ཀྱིས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་ཆོས་ཅན།  
བྱང་སེམས་སྦྱར་ལམ་པའི་བདག་ཀྱིས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༤༥ འདིར་བསྟན་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་དང་འཛིན་རྟོག་གང་རུང་ཡིན་  
མི་དགོས་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་  
གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་གཞུང་  
ཆོག་ཕྱི་མ་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྱོད་ན་ནས་ཡིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཉན་རང་གི་  
ལམ་འབྲས་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་ཚྭ་གསུམ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་  
དེ་འདིར་བསྟན་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་  
ངོ་པོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་  
ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གངས་ངེས་པ། གོ་རིམ་ངེས་  
པ། དགག་སྒྲིབ་གང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་བཤད་པ། བྱད་ཆོས་སུ་འགྱུར་རྒྱུ་ལ་བཤད་པ་བཅས་  
ཡིན་ལགས། འོ་ན། ས་བཅད་དེ་ལྡ་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
གྲུབ། འདིར་བསྟན་རྟོག་པའི་ངོས་འཛིན་གྱི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྟོག་

བ་སྐྱེའི་རྣམ་གཞག་ཅེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་བཅད་དེ་གཉིས་པོ་གང་ནས་  
 འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་རྟོག་པའི་མཐའ་དབྱེད་  
 པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་སྐབས་ཀྱི་འདི་སྐྱེའི་བསྟེན་གས་གཞི་དེ་  
 ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་པ། ཁྲིམ་པའི་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་ཁྱད་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་རྒྱས་པར་འཆད་  
 པའི་སྐབས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མདོར་བསྟན་གྱི་རྒྱན་རྩ་པའི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་དང་། ཁྲིམ་སོགས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདིར་བསྟན་རྟོག་པ་ལ་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཤེས་སྒྲིབ་བཟུང་རྟོག་དང་ཤེས་སྒྲིབ་འཛིན་རྟོག་གཉིས་ཡོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་  
 སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་གི་མཚན་ཉིད་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ལོངས་སྤྱད་བྱར་བདེན་  
 པར་ཞེན་པའི་ཞེན་རིག་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་སྒྲིབ་འཛིན་རྟོག་གི་མཚན་ཉིད་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ལོངས་སྤྱད་བྱེད་དུ་བདེན་པར་ཞེན་པའི་ཞེན་རིག་  
 ཆོས་ཅན། འོ་ན། འདིར་བསྟན་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡིན་ན་གཟུང་རྟོག་དང་འཛིན་རྟོག་གང་རུང་ཡིན་  
 པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། མ་ཁྱབ་པའི་སྦྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། ཉན་རང་གི་ལམ་འབྲས་ལ་དམིགས་ནས་བྱང་སེམས་ལམ་གྱི་རྩོག་བྱར་བདེན་པར་  
 ཞེན་པའི་ཞེན་རིག་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྒྲིབ་གཟུང་རྟོག་དང་འཛིན་རྟོག་གང་  
 རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། གཞན་ཡང་། འདིར་བསྟན་རྟོག་པ་ཡིན་ན་དགག་སྒྲིབ་ཀྱི་  
 རྟོག་པ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འདིར་བསྟན་རྟོག་པ་ཡིན་ན་  
 དགག་རྟོག་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདིར་བསྟན་  
 རྟོག་པ་ཡིན་ན་དགག་རྟོག་གི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྱབ་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྱབ་པ་དེ་ཡང་གར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཕྱིང་བ་ལས། དེ་ལ་སྦྱར་



བྱང་མེམས་ལ་དགག་སྒྱུ་བ་གཉིས་ཀའི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རྟོག་པ་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་སྐབས་འདིའི་རྟོག་པ་དགག་པའི་རྣམ་པར་འཆད་པ་ནི་ཙ་འགྲེལ་གང་གི་ཡང་དགོངས་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། འདིར་བརྟན་རྟོག་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་དགག་པའི་རྣམ་ཅན་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་དུ་གྱུར་པའི་དགག་རྟོག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འདིར་བརྟན་རྟོག་པར་གྱུར་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་སུ་གྱུར་པའི་དགག་རྟོག་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འདིར་བརྟན་རྟོག་པ་ཡིན་ན་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་དང་དགག་རྟོག་གི་གཞི་མཐུན་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་གང་ཞིག་དགག་རྟོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྡེ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་མ་གྱུ་བ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་སོ་སྦྱོའི་རྟོག་པ་གང་ཞིག་བདེན་སྣང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་བ་དེ་ཡང་མཁས་གྱུ་བ་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་སྣང་ལས། གལ་ཏེ་སོ་སྦྱོའི་རྟོག་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་བག་ཆགས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་བདེན་སྣང་ཡོད་པས་བྱུང་པས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཟག་བཅས་ཡིན་དགོས་ཞེས་སྒྲིབ་དེ་ལྟར་ན། ཉོན་མོངས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཟག་བཅས་སུ་འགྱུར་རོ་ཞེས་ན། འདོད་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། ཙ་རྟགས་ཕྱི་མ་གྱུ་བ་པར་ཐལ། དེ་འདིར་བརྟན་དགག་རྟོག་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མཁས་གྱུ་བ་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུ་བ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་ད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་སྣང་ལས། དེས་ན་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཡང་ཆོས་ཉིད་ཞེན་ཡུལ་དུ་བྱེད་པའི་སྒྲོ་ནས་དེ་ནི་ད་བདེན་པར་གྱུ་བ་པ་ལྟ་བུར་སྣང་པའི་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདིར་བརྟན་དགག་རྟོག་ཤེས་སྒྲིབ་ཟག་བཅས་ཡིན་ཅིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། འདིར་བརྟན་རྟོག་པར་གྱུར་པའི་

དགག་ཏོག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། གཞན་ཡང་། འདིར་བརྟན་དགག་  
ཏོག་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་  
གི་སྒེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཡང་ཁ་ཅིག་འདིར་བརྟན་ཤེས་སྒྲིབ་ཏོག་པ་ཡིན་  
ན་སྒྲིབ་ཏོག་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ལྟར་ཐེ་མེ་འཐད་དེ། གཟུང་འཛིན་བདེན་སྟོང་བདེན་གྲུབ་ཏུ་འཛིན་པའི་སྟོ་  
དེ་དོ། འདིར་བརྟན་ཤེས་སྒྲིབ་ཏོག་པ་གང་ཞིག་དགག་ཏོག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར།

ལཱ། དེས་མཆོན་ནས་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཏོག་དང་རྣམ་བུར་གཟུང་ཏོག་གཉིས་  
དང་། ཤེས་སྒྲིབ་རྣམས་འཛིན་ཏོག་པ་དང་བཏགས་འཛིན་ཏོག་པ་གཉིས་ཏེ་བཞིའི་ངོ་བོ་ཡང་ཤེས་པར་  
རྒྱས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་  
པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྱི་དོན་  
ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་  
བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་ངོ་བོ་བཤད་  
པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་བཞི་  
ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། བཞི་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གངས་  
ངེས་པ། མོ་ངེས་ངེས་པ། དགག་སྒྲུབ་གང་གི་རྣམ་པ་ཡིན་བཤད་པ། བྱད་ཆོས་སུ་འགྱུར་  
རྒྱལ་བཤད་པ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། གཟུང་ཏོག་དང་འཛིན་ཏོག་གི་བྱད་པར་དེ་གཟུང་  
བ་དང་འཛིན་པ་ལ་ཡོངས་སུ་བྱ་སྟོད་བྱེད་དུ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་གཉིས་  
ཀྱི་སྟོན་མེ་འཛིན་དགོས་པ་སོགས་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཀྱན་ནས་  
ཉོན་མོངས་གཟུང་ཏོག་ཡིན་ན་དམིགས་ཡུལ་ཀྱན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་ལ་དམིགས་ནས་

དེ་བདེན་པར་འཛིན་པའི་བདེན་འཛིན་ཡིན་པས་ཁྲབ་པ་མེད་པ་གང་ཞིག་ ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྤྱོད་གས་  
 དང་ནམ་གུང་གི་སྤྱོད་གས་གཉིས་འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྤྱི་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ་ལགས།  
 དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། རྟགས་དང་པོ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་ན་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་སྤྱོད་གས་ཀྱི་བདེན་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་ཉན་  
 ཐོས་དབྱ་བཅོམ་པའི་ཕྱང་པོ་དེ་དེ་འདྲའི་མ་ཁྲབ་པའི་སྒྲིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་  
 སྤྱོད་གས་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་སྤྱི་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། རྟགས་  
 སྤྱི་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་  
 དམིགས་ཡུལ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མ་རིག་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་  
 པའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་གྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་མདོ་སྟགས་རབ་འབྱམས་སྤྱི་པ་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་རང་  
 ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲིན་མེ་ལས། དང་པོ་དེར་ཐལ། དེའི་གཟུགས་ཕྱང་དེ་དེ་ཡིན་པ་  
 གང་ཞིག་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་ལས་ཉོན་  
 ཀྱི་འབྲས་བུར་གྱུར་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་  
 ཆོས་ཅན། མ་རིག་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་  
 ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། མ་རིག་པས་ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལས་ཀྱིས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཕྱང་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་གར་རྒྱལ་བཅོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཤེང་ལས། གཉིས་པ་ནི་མ་རིག་པས་  
 ཀུན་ནས་བསྐྱངས་པའི་ལས་ཀྱིས་བསྐྱེད་པའི་གཟུགས་སོགས་ཟག་བཅས་ཀྱི་ཡུང་པོ་ཞེས་གསུངས་པའི་  
 བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་གཟུང་ཉོག་གི་དམིགས་  
 ཡུལ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། གོང་གི་ཉུགས་དང་པོ་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། གོང་གི་ཉུགས་གཉིས་པ་ཡང་གྲུབ་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
 དཔྱད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ལྷག་བཅས་མུང་འདས་ལ་གནས་པའི་  
 ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉེར་ལེན་གྱི་ཡུང་པོ་དེ་མཆོན་བྱ་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ ཀུན་ནས་ཉོན་  
 མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར། འོ་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཀུན་ནས་ཉོན་མོངས་ཕྱོགས་ཀྱི་བདེན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། གོང་གི་ཉུགས་གཉིས་པ་ཡང་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༡༥ སྒྲིབ་ལམ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྲིབ་གཉིས་ཀྱི་གསལ་བར་སྤང་བ་རྣམ་བཤད་  
 ལས་གསུངས་ཤིང་ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
 གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། མེད་པ་ཉུགས་མ་གྲུབ། སྒྲིབ་པ་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་  
 གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། སྒྲོ་རིག་ལ་དཔྱད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། ཉུགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ལྡེ་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། ལྡེ་པོ་  
 རོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་བྱིར། ཉུགས་མ་གྲུབ། ཉེན། རོ་ཤོ། དཔྱེ་བ། སྒྲིལ་བ། བྱེ་བ་སོ་  
 སོའི་དོན་བཤད་པ་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་

རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་དོན་སྦྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་སྒྲུང་པ་ནམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་ལས་གསུངས་ཞེས་  
 པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྦྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་  
 བར་སྒྲུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་སྒྲུང་བར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་  
 དོན་སྦྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་སྒྲུང་སའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་དོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དམན་ལམ་སྟོན་དུ་མ་སོང་བའི་ཆོས་ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་  
 བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་  
 ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྦྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་སྒྲུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འདྲའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ལ་  
 ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྦྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་  
 སྒྲུང་བར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་སྒྲུང་བར་  
 ཐལ། དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་  
 མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་  
 སྦྱོར་ལམ་པས་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ།  
 དེ་སོ་སྦྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྱབ་པ་མཛོ་སྟགས་  
 རབ་འབྱམས་སྦྱ་པ་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྟེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་  
 དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། དེ་ལ་གནས་པའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པས་ཆོས་ཉིད་མངོན་  
 སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་སོ་སྦྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། དེ་འདྲའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པས་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་འདྲའི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་འདྲའི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་  
 འདྲའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མི་

སྒྲུང་བར་ཐལ། དེ་འདྲི་སྐྱོར་ལམ་དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་  
བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱལ་པ་དེ་ཡང་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
མ་གྱུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཚད་མ་ནམ་འགྲེལ་ལས། ནམ་པར་རྟོག་དང་  
རྗེས་འབྲེལ་པའི། རྟོན་གསལ་སྒྲུང་བ་ཅན་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་།  
ལུང་དེའི་ལུང་དོན་དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ལུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་ཉགས་མ་གྱུབ། ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་ལ་རྟོག་པ་ཡིན་ན་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དེ་རང་གི་དོན་སྦྱི་དང་  
མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་ཞེས་པ་ལས་སྦྱིར་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་ཞེས་  
པ་མ་ཡིན་ལགས། ལུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་  
ཉིད་ལྟ་བུ་རང་གི་དོན་སྦྱི་དང་འདྲེས་ནས་སྒྲུང་བ་དང་གསལ་བར་སྒྲུང་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་  
གྱུབ། དེ་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་གསལ་བར་སྒྲུང་ན་ཆོས་གཞན་གང་དང་ཡང་མ་  
འདྲེས་པར་སྒྲུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྱུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་གསལ་བར་  
སྒྲུང་ན་ཆོས་གཞན་གང་གིས་ཀྱང་མ་སྦྱིབ་པར་སྒྲུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྱུབ། དེ་དགོས་པར་  
ཐལ། ཆོས་ཉིད་ལྟ་བུ་ཆོས་གཞན་གྱིས་སྦྱིབ་པའི་ནད་ཀྱིས་གསལ་བར་སྒྲུང་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྱུབ།

༧༥ ཆོགས་ཀྱི་གང་ཡིན་པ་དེ་སྐྱོར་བའི་ཡང་དེ་ཡིན་ནོ། ཞེས་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
གྱུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྱུབ་པ་ཉགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་གྱུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་  
ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་  
གྱུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་  
ལམ་འཆད་པའི་སྐལ་ས་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་  
འཕྲོས་ཡུལ་གྱི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ངོ་བོ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་  
མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྱུབ། ཉེན། དཔྱེ་བ། སྦྱི་ཚུལ། སྦྱི་བ་སོ་སོའི་དོན།  
སྦྱོ་རིག་ལ་དཔྱད་པ་ཞེས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲི་ས་

བཅད་དུག་པོ་འཕྲོས་ཡུལ་གྱི་ཅ་པའི་ས་བཅད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྒྱ་བས་འདིར་མཐའ་  
 དབྱེད་པ་ཞེས་པ་དེ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་དེའི་  
 ཆོག་སྤུ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེར་གྱུར་པའི་ཐོས་བསམ་  
 གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཀུན་བདུས་ལས་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེའི་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་ཆོག་ས་  
 ལམ་གྱི་ངོ་པོར་གྱུར་པའི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་པར་མ་ཟད། ཐེག་པ་  
 ཆེན་པོའི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་ངོ་པོར་གྱུར་པའི་ཐོས་བསམ་སྒྲོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་པ་ཡོད་ཅེས་བརྟན་  
 པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་སྟེ་པའི་ལུས་རྟེན་དང་། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་  
 ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་གཉིས་རེ་རེ་ནས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱོར་ལམ་  
 དང་པོ་གསུམ་འདོད་པའི་སྒྲ་མི་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྟེ་ཞིང་། ཆོས་མཆོག་འདོད་པའི་  
 རྟེན་ཁོ་ན་ལ་སྟེ་པ་ཡིན་ཞིང་། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི། རང་རྒྱུ་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་ཇོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་པའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་དེ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྦྱོར་ལམ་སྟེ་པའི་ལུས་རྟེན་དེ་  
 ལ་སྦྱོར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་འདོད་པའི་སྒྲ་མི་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྟེ་པ་དང་། སྦྱོར་ལམ་ཆོས་མཆོག་  
 འདོད་པའི་རྟེན་ཁོ་ན་ལ་སྟེ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱོར་ལམ་དང་  
 པོ་གསུམ་པོ་འདོད་པའི་སྒྲ་མི་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྟེ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱོར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་པོ་བསམ་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསལ་དུ་སྟེ་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་གཟུགས་ཀྱི་  
 རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསལ་དུ་སྟེ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་  
 ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསལ་དུ་སྟེ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན་། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་བཟོད་པ་དངོས་སུ་གསལ་དུ་སྟེ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་རྟེན་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་

དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དེའི་རྟེན་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པ་དང་ཆོས་མཆོག་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེད་པ་མེད་དེ། དེའི་རྟེན་གྱི་  
 སྒྱུར་ལམ་ཆོས་མཆོག་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རྟེན་ཅན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཆོས་  
 མཆོག་ཆེན་པོ་ལ་གནས་པའི་སེམས་དཔའ་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེའི་རྟེན་ལ་མཐོང་ལམ་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྒྱུར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྐྱེ་བ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། གཞན་ཡང་། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པ་ཆོས་ཅན།  
 གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། སྒྱུར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་  
 པོ་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ།  
 གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་དེ་དེ་གསུམ་གྱི་ལུས་རྟེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྒྱུ་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དང་པོ་ལ་གཉིས། ལུས་རྟེན་དང་། སེམས་རྟེན་ནོ་ཞེས་པ་ནས་  
 ཐེག་ཆེན་པ་ལྟར་ན་སྒྱུར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་འདོད་པའི་ལྟ་མི་དང་གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་སྐྱེ་བའི་ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་དེ་སྒྱུར་ལམ་དང་པོ་གསུམ་སྐྱེ་  
 བའི་ལུས་རྟེན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། གཟུགས་ཀྱི་རྟེན་ལ་ཐེག་  
 ཆེན་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་པ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་གོང་དུ་མཐའ་དཔྱིད་ཀྱི་ལྷུང་གིས་བསྐྱབས་བྱེན་པ་  
 དེའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཙ་བ་ནས། རང་རྒྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྫོགས་རྫོགས་སུ་བྱུང་བའི་  
 བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྫོགས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཆོས་ཅན། ཐེག་



ཆེན་ཚུ་ར་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་ཚུ་ར་ལམ་ཡོད་  
ན། མཚན་ཉིད་དེ་ཡོད་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་རྒྱ་  
ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྫོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་པའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་  
པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱ་ཐེག་  
ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྫོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཤེས་བྱ་ཆོས་ཅན། རང་  
རྒྱ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྫོགས་རྗེས་སུ་བྱུང་བ་མེད་པར་ཐལ། རང་རྒྱ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་མེད་པའི་  
ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རྟག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༡༠༥ དེ་ཉིད་རྟོག་པ་ཡིན་པ་མི་འགལ་བས་ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་འོས་འཛིན་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་  
དེའི་གཞུང་ཆོག་སྤྱི་མ་ངོས་བབྱང་ནས་སྤྱི་དོན་ལས་ཡིན་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
ཉིད་རྟོགས་པ་ཡིན་པ་མི་འགལ་བས་ཆོས་ཉིས་མངོན་སུམ་དུ་མ་རྟོགས་པར་དོན་སྤྱིའི་ཚུ་ལ་  
གྱིས་རྟོགས་སམ། དོན་སྤྱིའི་ཚུ་ལ་དུ་རྟོགས་ཞེས་སྒྲ་བར་བྱའོ། ཅེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
ལྷ་པ་བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་  
པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན། རོ་བོ། དཔེ་བ།  
སྤྱི་ཚུ་ལ། སྒོ་རིག་དཔུང་པ་དང་ལྷ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དུག་པོ་ས་བཅད་གང་  
ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་ཐེག་ཆེན་ཚུ་ར་ལམ་  
གྱི་མཐའ་དཔུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། སྐབས་འདི་ཞེས་པའི་འདི་སྐྱེ་འདུག་  
པའི་འདུག་གཞི་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་དང་ནི་ནམ་པ་  
དང་། །ཞེས་སོགས་ཐེག་ཆེན་ཚུ་ར་ལམ་བསྟན་པའི་རྒྱ་ཅ་བའི་ཆོག་ཡིན། འོ་ན། གཞུང་  
ཆོག་དེའི་བསྟན་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ་རྟོག་པ་  
དང་མངོན་སུམ་མི་འགལ་བར་བསྟན། འོ་ན། རང་རྒྱ་དཔེ་ལུགས་ལ་རྟོག་པ་དང་མངོན་སུམ་

འགལ་བར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་དེ་གཉིས་ཀྱི་  
 གཞི་མཐུན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྒོན་མ་སོང་གི་ཆོས་  
 ཉིད་ལ་ཅེ་གཅིག་དུ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་ཐྱོར་ལམ་ལྟ་བུ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྟོག་པ་གང་ཞིག་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་ཕྱི་མ་མ་**  
**གྲུབ།** རྟགས་ཕྱི་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐྱོར་ལམ་དེ་མངོན་སུམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་**  
**གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཐྱོར་ལམ་དེ་རང་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་གི་ཡུལ་དུ་གྱུར་པའི་ཆོས་ཉིད་དེ་གསལ་བར་  
 ལྷང་བའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་།** འོ་ན། རྒྱུ་དེ་ལ་ཡུལ་དེ་གསལ་བར་ལྷང་ན་རྒྱུ་དེ་ཡུལ་ལ་མངོན་  
 སུམ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་  
 པ་དེ་ཡང་ཤར་བྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཤིང་ལས། ཆོས་ཉིད་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་གསལ་སྤང་  
 ཡོད་པར་འདོད་ན་དེ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་ཐལ་བ་གང་གིས་བརློག་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་**  
**པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ལྟ་བུའི་ཐྱོར་ལམ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེ་ལ་གསལ་སྤང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་བྱབ་གཉིས་ཀ་**  
**ཁས།** **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐྱོར་ལམ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཅན།  
 མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། རྟོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོག་པ་དཔྱད་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྟོགས་ཟིན་རྟོག་པའི་ཆད་མིན་གྱི་ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཌ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དེ་ལྟ་བུའི་ཐྱོར་ལམ་དེ་ཆོས་ཉིད་ལ་རྟོག་པ་དཔྱད་ཤེས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་  
 ཟིན་རྟོགས་པའི་ཆད་མིན་གྱི་ཞེན་རིག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།**

གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན། སྒྱུར་ལམ་མཉམ་བཞག་དེ་ཆོས་ཅན། རྟོག་པ་དབྱུང་ཤེས་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར།

༡༡༥ འདྲེས་ནས་གསལ་བ་སྒྲུང་དགོས་པའི་ཕྱིར་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། སྒྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་འཆད་  
པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་  
འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོ་རིག་ལ་དབྱུང་པ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན། རོ་པོ། དབྱེ་བ། སྒྲེ་ཚུལ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན་དང་ལྟ་ཡོད་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་དེའི་ཆོག་སྒྲུ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
གྲུབ། དེ་སྒྲུང་ན་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྒྱི་གཉིས་གཅིག་དུ་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོས་  
ཉིད་འཛིན་པའི་རྟོག་པ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་པར་སྒྲུང་ན་དེ་ལ་དོན་སྒྱི་མ་བརྒྱད་པར་སྒྲུང་བ་  
མེད་པས་དོན་སྒྱི་དང་འདྲེས་པའི་སྒྲོ་ནས་གསལ་པར་སྒྲུང་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། སྐབས་  
འདིའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་དེ་ལ་གསལ་སྒྲུང་ཡོད་མེད་དང་། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་དེ་ཡོངས་འཛིན་གྱི་  
སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། སྐབས་འདིའི་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་རྟོག་པ་ཡིན་པས་གསལ་སྒྲུང་མེད་ལ་ཡོངས་འཛིན་  
ཀྱི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་ནི་བྱང་མེས་སྒྱུར་ལམ་པ་དེའི་བདག་ཤྱེན་དུ་གྱུར་  
པའི་མཆོག་གི་སྐུ་ལ་སྐུ་བྱང་མེས་པའི་ཕྱི་ལོ་ཡོངས་འཛིན་དང་། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྩེ་  
ཆེན་པོ་བྱང་མེས་པའི་ནང་གི་ཡོངས་འཛིན་གང་ཞིག་ཐེག་དམན་ལ་དེ་མེད་པས་ཡོངས་  
འཛིན་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་ཡིན་ལགས། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་ལ་གསལ་སྒྲུང་

མེད་པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་བ་ཡོད་པའི་  
 བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་སྐུར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཆོས་  
 ཉིད་གསལ་བར་མ་སྒྲུང་བར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། དེ་སྒྲུང་བར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་། ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྒྲུང་བར་ཐལ། ཆོས་ཉིད་  
 ཀྱི་དོན་སྤྱི་དང་ཆོས་ཉིད་འདྲེས་ནས་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྒྲུང་བར་ཐལ།  
 དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ལྷན་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་སྤྱི་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། སྐུར་ལམ་དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་  
 བར་སྒྲུང་བ་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་ཤིང་། དེ་སྒྲུང་ན་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་གཉིས་གཅིག་  
 ཏུ་འདྲེས་ནས་གསལ་བར་སྒྲུང་དགོས་པའི་བྱིར་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར།  
 འོ་ན། དེ་འདྲའི་སྐུར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་ཆོས་ཉིད་དང་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་སྤྱི་གཉིས་ཀ་གསལ་  
 བར་སྒྲུང་བར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཆར། ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་  
 སོང་གི་ཐེག་ཆེན་སྐུར་ལམ་ལ་གསལ་བར་སྒྲུང་བར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཐེག་ཆེན་  
 སྐུར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་བྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཡུལ་དེ་གསལ་བར་  
 སྒྲུང་བའི་སྒྲོ་ཡིན་ན་ཡུལ་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲབ་པར་  
 ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་རིགས་པའི་དབང་ལྷན་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། གསལ་  
 བར་སྒྲུང་བ་ཅན་སྒྲོ་གང་། །དེ་ནི་དེ་ལ་ཉོག་མེད་འདྲོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་  
 བྱིར། འོ་ན། ཡུལ་དེ་གསལ་བར་སྒྲུང་ན་ཡུལ་དེ་ལ་མངོན་སུམ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲིང་  
 ལགས། འདྲིང་ན། ཆར། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་སྐུར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ལ་  
 མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་

ཕྱིར། འདིར་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་ཞུ་སེར་བརྟན་པའི་མངའ་བདག་  
 རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་ཕྱེང་བ་ལས། དེ་ལྟ་མིན་པར་ཆོས་ཉིད་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གསལ་སྒྲུང་  
 ཡོད་པར་འདོད་ན། དེ་ལ་མངོན་སུམ་དུ་ཐལ་བ་གང་གིས་བརློག་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། དམན་ལམ་སྟོན་མ་སོང་གི་ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ལ་  
 མངོན་སུམ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་སྒྲུང་བའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་སྒྲུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དེ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་ཨ་རྒྱའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་གནད་ཀྱི་ཆུ་འོད་ལས།  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་གིན་དུ་གསལ་བ་སྟེ་བ་དེའི་ཆོ་བ་ཐོབ་པའི་གནས་སྐབས་དེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 བྱུང་བ་མ་བྱུང་། ལུང་དེའི་དོན་ནི་ཆོགས་ལམ་ལས་སྟོར་ལམ་དུ་སྟོན་པུང་གིས་འདྲིས་པར་  
 བྱས་ཏེ་ནམ་གཡང་གས་ཆུང་པའི་དོན་དུ་གསེར་ཕྱེང་ལས་གསུངས་པ་ལྟར་དང་། གོང་དུ་བྲངས་  
 པའི་སྟེ་དོན་གྱི་ལུང་དོན་ཡང་དེ་དང་འདྲ་བ་ཡིན་ལགས།

༡༣༥ རྒྱས་པར་འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་དུ་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
 བྱུང་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་  
 ཅས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྟེ་དོན་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟག་པ་སྟོ་རིག་ལ་དབྱང་  
 པ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན། རོ་ཤོ། དབྱེ་བ། ཕྱེ་བ་སོ་སོའི་  
 དོན་ཞེས་པ་ནམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནམས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་ཐེག་ཆེན་སྟོར་ལམ་གྱི་མཐའ་དབྱང་པ་  
 ཅས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱས་པར་འཆད་ཚུལ་ཇི་ལྟར་ཡིན་ཞེ་ན། བཤད་  
 དུ་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དེའི་བརྟན་དོན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།

དེ་མེད་པར་ཐལ། རྒྱལ་པར་འཆད་ཅེས་པའི་འཆད་བྱ་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་པ་དེ་ཡིན་  
 ལགས། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་ལས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུ་ལ་དེ་  
 ལ་བྱུང་ཆོས་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འབྱེད་པ་མ་ཡིན། བྱུང་ཆོས་ལྡེའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འབྱེད་པ་མ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་ཆོས་ལྡེའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འབྱེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་བྱུང་ཆོས་ལྡེའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་ཞེས་པའི་བྱུང་ཆོས་ལྡེ་པོ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ། རྣམ་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ། རྒྱུའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ། ཡོངས་འཛིན་གྱི་  
 སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ། ལྡན་ཚུ་ལ་གྱི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་འཕགས་པ་དང་ལྡེ་པོ་རྣམས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུ་ལ་གསུང་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་གྱིས་རིགས་པའི་རྣམ་  
 གངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོ་ནས་དམིགས་པར་བརྟན་པ་གང་ཞིག ཐེག་དམན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་  
 ལ་དེ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་རིགས་པའི་རྣམ་གངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 དམིགས་པར་བརྟན་ཞེས་པའི་དེའི་དམིགས་པ་དེ་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བདེན་བཞི་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བདེན་བཞི་དེ་ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་གྱིས་རིགས་  
 པའི་རྣམ་གངས་མཐའ་ཡས་པའི་སྒྲོ་ནས་དམིགས་པར་བརྟན་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་གྱིས་བྱུང་ཆོས་དུ་མས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་བདེན་བཞི་ལ་  
 དམིགས་ལ། ཐེག་དམན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་གྱིས་བྱུང་ཆོས་དུ་མས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་པའི་སྒྲོ་ནས་  
 བདེན་བཞི་ལ་མ་དམིགས་པར་བརྟན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་ཅ་པའི་  
 ཆོག་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་མི་རྟག་ལ་སོགས་  
 པར། བདེན་པའི་རྟོན་ཅན་ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཉིས་པ་རྣམ་པའི་  
 སྒྲོ་ནས་བྱུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་དམན་གྱི་དེ་ནི་

མི་ཉག་སྒྲིགས་པ་རུ་དུག་ཅམ་གྱི་ནམ་པར་ཞུགས་པ་གང་ཞིག་ ཐེག་ཆེན་གྱི་དེ་ནི་རྒྱ། འབྲས་  
 བུ། རོ་པོ་ཉིད། ཆོས་ཉིད་སྒྲིགས་སྒྲུ་ཆོགས་པའི་ནམ་པར་ཞུགས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བའི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ནམ་  
 པ་མངོན་ཞེན་ལ་སྒྲིགས་འགོག། ཅེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གསུམ་པ་དེ་  
 རྒྱུའི་སྟོན་སྒྲུ་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་དམན་གྱི་  
 དེ་ས་ནི་ཐེག་པ་རེ་རེ་བའི་རྟོགས་རིགས་བསྐྱེད། ཐེག་ཆེན་གྱི་དེ་ས་ནི་ཐེག་པ་གསུམ་ཀའི་  
 རྟོགས་རིགས་ཆང་བར་བསྐྱེད་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བའི་ཆོག་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་པ་གསུམ་ཆར་ཐོབ་པའི་རྒྱ། །ཞེས་  
 པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དེའི་ཡོངས་འཛིན་གྱི་སྟོན་སྒྲུ་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་དམན་གྱི་དེ་ནི་ཐབས་ལ་མཁས་པའི་བཤེས་  
 གཉེན་གྱིས་སྤྱིད་ཞིར་རྒྱུང་བ་ལས་ཡོངས་སུ་འཛིན་པ་དང་བལ་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་དེ་ནི་དེ་  
 དང་ཟུན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རྩ་བའི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། མེས་མི་འགོང་བ་ཉིད་ལ་སྒྲིགས། །ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཟུན་ཚུལ་གྱི་སྟོན་སྒྲུ་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་  
 གྲུབ། ཐེག་དམན་གྱི་དེ་ནི་ཤེས་སྤྱིབ་གཟུང་འཛིན་རྟོག་བཞི་སྤང་བྱར་མི་ཟུན་ལ། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་དེ་ནི་དེ་བཞི་སྤང་བྱར་ཟུན་པའི་སྟོན་སྒྲུ་རང་འབྲས་མཐོང་སྟོམ་གྱི་ལམ་ནམས་དེའི་  
 ཟད་བྱེད་དུ་སྐྱེད་པའི་ཕྱིར།

༡༩༥ ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ངོད། ཅེ་མོ། བཟོད་པ། ཆོས་མཆོག་དང་བཞི་ཡོད། ཅེས་པའི་  
 གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྦྱོར་ལམ་དོན་  
 གསལ་བའི་སྟོན་མེད་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དྲངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་  
 ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རོ་པོའི་སྟོན་སྒྲུ་དབྱེ་  
 བཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་

ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་ཞེས་པའི་  
 ས་བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་དབྱེ་བ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་  
 གྲུབ། རྟེན། རྩོམ། རྩེ་ལུ་ཕྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན། རྩོམ་གྱི་ལ་དཔུང་པ་ནམས་ཆོས་ཅན།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དུག་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ།  
 ལྷོ་ལམ་གྱི་མཐའ་དཔུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་  
 དུ་དངས་མ་ཐག་པའི་གཞུང་དེའི་དོན་ཞིག་འགྲེལ་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་  
 ལྷོ་ལམ་ལ་ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་ན་དོན། ཅེ་མོ། བཟོད་པ། ཆོས་མཆོག་དང་བཞི་ཡོད་  
 ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ངོ་པོའི་སྒོ་ནས་དབྱེ་གཞིར་གྱུར་པའི་  
 ལྷོ་ལམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཅིག་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། རང་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྩོགས་རྩེས་སུ་བྱུང་བའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་  
 པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་ལྷོ་ལམ་གྱི་མཆོན་  
 ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་ལྷོ་ལམ་ཡིན་ན་མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་པས་  
 རྒྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྷོ་ལམ་ཡིན་ན། རང་གྱི་ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྩོགས་རྩེས་སུ་བྱུང་བའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྩེས་སུ་མཐུན་པའི་ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པས་རྒྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ལྷོ་  
 ལམ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པས་རྒྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 ཉན་ཐོས་དག་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་སེམས་ལྷོ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཕགས་ཀྱི་དུང་  
 གྱི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་རྒྱབ་པར་ཐལ། ཁྱོད་འཕགས་ཀྱི་དུང་གིས་བསྐྱུས་པའི་  
 ལམ་ཡིན་ན། ཁྱོད་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཛིན་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉམས་མ་གྲུབ། དེ་



དགོས་པར་བཤམ། ཁྱོད་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་ཡིན་ན། ཁྱོད་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་མ་ཡིན་  
 དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ་སྟེ། སྦྱིར་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་ཡིན་  
 ནུ། འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་མ་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་  
 མི་དགོས་ལགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་པའི་ལམ་ཡིན་ན། འཕགས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་  
 མ་ཡིན་མི་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱིར་འཇིག་  
 རྟེན་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར། སོ་སྦྱེ་དང་འཕགས་པའི་རྒྱུད་  
 ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་སྟོན་པར་འཇོག་ལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་དང་  
 འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར། སྦྱེ་འཕགས་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་  
 པའི་ལམ་གྱི་སྟོན་པར་མི་འཇོག་པའི་རྒྱ་མཚན་གྱིས་ཡིན་ལགས། ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་  
 རྟེན་པའི་ལམ་དང་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་གཉིས་ཀྱི་བྱུང་པར། སོ་སྦྱེ་དང་འཕགས་པའི་རྒྱུད་  
 ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་གྱི་སྟོན་པའི་འཇོག་སྟེ། དེ་མི་འཇོག་པར་བཤམ། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱིས་  
 བསྐྱུས་པའི་ལམ་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ལམ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་  
 ཕྱིར་ཏེ། ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པའི་རྟོགས་པ་སྟོན་དུ་སོང་བའི་བྱང་ལེམས་སྦྱར་ལམ་པའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ལམ་དེ་འཕགས་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་ལམ་གང་ཞིག ཐེག་ཆེན་གྱི་འཇིག་རྟེན་ལས་  
 འདས་པའི་ལམ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། བོད་དུ་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཚན་ཉིད་བཞག་  
 པ་དེ་མི་འབད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་འབད་པར་བཤམ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་ན་མཚན་  
 ཉིད་དེ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཡིན་ན་མཚན་ཉིད་  
 དེ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཚོས་ཅན། མཚན་ཉིད་  
 དེ་ཡིན་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་བདེན་པ་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པར་བཤམ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་  
 རྒྱ་ཐེག་ཆེན་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་རྟོགས་རྗེས་སུ་བྱང་བའི་བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་པ་གང་ཞིག  
 དེ་ཡིན་ན། བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་

པར་ཐལ། བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་།  
འོན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་རྒྱ་ཆོས་ཅན། བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ།  
བདེན་པ་མངོན་པར་རྟོགས་པ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

༡༩༥ འོན། རྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ཤེས་རབ་གསུམ་ལ་བྱུང་པར་ཅི་ཡོད་ཅེ་ན། ཞེས་  
པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱོར་ན་ཡུམ་  
དོན་གསལ་པའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་  
ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བཞི་པ་སྦྱེ་རྒྱུ་ལ་ཞེས་པའི་ས་  
བཅད་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ནམས་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྟེན། ངོ་པོ། དབྱེ་བ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན། རྩོ་  
རིག་ལ་དབྱེད་པ་དང་ལྡ་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དུག་པོ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཐའ་དབྱེད་  
པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་  
རབ་གསུམ་ལ་བྱུང་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་  
པར་ཐལ། དང་པོ་རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་གསུམ་གྱི་བྱུང་པར་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམན་ལམ་སྦྱོན་མ་སོང་གི་བྱང་མེམས་སྦྱོར་  
ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ཐོས་བསམ་སྦྱོམ་གསུམ་གྱི་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་ཆོས་  
ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་བྱུང་པར་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། དམན་ལམ་སྦྱོན་མ་སོང་གི་བྱང་མེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་རྟོང་ཉིད་ལ་དམིགས་  
པའི་ཐོས་བསམས་ཀྱི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་ཡུལ་ཡུལ་ཅན་གཉིས་སྤང་རགས་པ་དང་བཅས་པའི་  
སྦྱོན་ས་སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས། བསྒྲུལ་བྱུང་གི་ཤེས་རབ་ཀྱི་ས་གཉིས་སྤང་པ་ལོ་ཡོད་ཀྱང་  
ལྡ་མ་དང་འདྲ་བའི་གཉིས་སྤང་རགས་པ་ལོག་ནས་ཆོས་ཉིད་དོན་སྦྱོང་རྒྱུ་དུ་རྟོགས་པ་སོགས་

ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུའི་ཤེས་རབ་གསུམ་པོ་དེ་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རང་རྒྱུད་ལ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་རང་ཉིད་སྦྱོར་ལམ་དུ་འཕྲོས་པར་འཛོག་པ་མ་ཡིན་མེ་འཛོག་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འཛོག་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཛོག་དགོས་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་རང་ཉིད་སྦྱོར་ལམ་དུ་འཕྲོས་པར་འཛོག་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་མདོ་སྐྱེས་རབ་འབྱམས་སྒྲིབ་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། བྱང་སེམས་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མཁྱེན་པ་ནི་མེད་དེ། དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ནམ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཐེག་ཆེན་སྦྱོར་ལམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་མཁྱེན་པ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པ་དེ་སྦྱོར་ལམ་དུ་འཕྲོས་པར་གསུངས་པ་ལས། སྦྱོར་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་སྦྱོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསྐྱེད་སྤྱོད་ཅན་སྐྱེས་ན་རང་ཉིད་སྦྱོར་ལམ་དུ་འཕྲོས་པར་འཛོག་པ་མ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་ཚོགས་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་མཁྱེན་པ་ནམ་སྐྱེས་པ་ན་རང་ཉིད་སྦྱོར་ལམ་པར་འཕྲོས་པར་འཛོག་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་སྦྱོར་ལམ་བཞི་ལ་ཡང་བྱད་པར་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྟོད་ཅེ་གཉིས་ཀྱི་སྐབས་སུ་གཉིས་སྒྲིབ་རགས་པ་ལོག་ཀྱང་གཉིས་སྒྲིབ་ཡོད་པར་རང་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་དེས་སྦྱོང་སྒྲོབས་ཀྱིས་ངེས་རྒྱས། བཟོད་པ་དང་ཆོས་མཆོག་གི་སྐབས་སུ་གཉིས་སྒྲིབ་རྒྱུ་པ་མ་ཡིན་ཀྱང་གཉིས་སྒྲིབ་རྒྱུ་པ་ལྟ་བུར་འགྱུར་པ་སོགས་ཀྱི་བྱད་པར་ཡོད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དམན་ལམ་སྒྲོན་མ་སོང་གི་བྱང་སེམས་སྦྱོར་ལམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱོར་ལམ་དོད་སོགས་བཞི་ཀས་ཆོས་ཉིད་དོན་སྦྱིའི་

ཚུལ་དུ་རྟོགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྒྱུར་ལམ་དོད་སོགས་པའི་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ལ་ཆོས་ཉིད་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མི་སྒྲུང་བར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་དོན་སྦྱིབ་རྒྱུ་དཔེ་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་དགོས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་བར་ཐལ། ཁྱོད་  
 བྱེས་པ་གང་ཞིག་ ཁྱོད་ཀྱིས་ཡུལ་དེ་དོན་སྦྱིབ་རྒྱུ་དཔེ་སྒྲོ་ནས་རྟོགས་དགོས་ན། ཁྱོད་ལ་ཡུལ་དེ་གསལ་  
 བར་མི་སྒྲུང་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་རིགས་  
 པའི་དབང་ཕྱག་ཆེན་མོ་དཔལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དགོངས་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་འབྲེལ་ཅ་བ་ལས། རྣམ་པར་རྟོག་དང་བཅས་འབྲེལ་  
 པའི། རྟོན་གསལ་སྒྲུང་བ་ཅན་མ་ཡིན། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། རྟོགས་  
 ཐུང་ཀྱི་སྒོ་དེ་རྟོག་པ་ཡིན་ན་རང་གི་ཡུལ་དོན་སྦྱིབ་དང་མ་འདྲེས་པར་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་ཞེས་  
 པ་ལས་སྒྱུར་རང་ཡུལ་གསལ་བར་མི་སྒྲུང་ཞེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་ལགས།

༡༥༥ སྒྱུར་སྒྱུར་ལམ་དངོས་སུ་གསུང་དུ་སྒྱུ་བའི་སེམས་རྟེན་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་ས་དུག་  
 ཀལ་ཡོད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྱུར་ལམ་དངོས་སུ་གསུང་དུ་སྒྱུ་བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན་བསམ་གཏན་གྱི་  
 དངོས་གཞིའི་སྒྲོམས་འདུག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སྒྱིད་ཅན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་སེམས་  
 རྟེན་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་  
 བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་  
 གཅིག་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ལུས་རྟེན་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་གང་ནས་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྒྱུར་ལམ་སྒྱུ་བའི་རྟེན་བཤད་པ་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲ་བའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་

མ་གྲུབ། སྦྱོར་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉིན་བསྐྱོད་གས་སོགས་བསམ་གཏན་གྱི་ས་དྲུག་ཀམ་  
 སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་བྱེད་པ་ཡོད་ཀྱང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་  
 ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་མ་གཏོགས་བསམ་  
 གཏན་གྱི་ས་སོགས་ས་གནན་མེད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས། གཞུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན། བསམ་  
 གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པས་བྱལ་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་  
 གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་མ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་མ་ཡིན་  
 པས་བྱལ་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱལ་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་  
 བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་ཡིན་པས་བྱལ་བའི་ཕྱིར། བྱལ་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་  
 རྟེན་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པས་བྱལ་བའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་བ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་  
 ཡིན་པས་བྱལ་བའི་ཕྱིར། བྱལ་བའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་  
 བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་ཡིན་པས་བྱལ་བར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་ན།  
 བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་ཡིན་པས་མ་བྱལ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བྱལ་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་བྱལ་བའི་མུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 སྦྱོར་ལམ་དོད་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་ཉིད་ལ་མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་  
 དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་དངོས་སུ་གསར་  
 དུ་སྦྱེ་བའི་སེམས་རྟེན་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། དེ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲིམས་འདུག་མ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྒྲིང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་

ཐོབ་མ་ཐག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་  
 ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དང་དུས་མཉམ་དུ་ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་  
 པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་  
 པ་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་མ་ཡིན་པས་བྱལ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཚར། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུབ་ལམ་དོད་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་བྱང་སེམས་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷོང་ཉིད་ལ་  
 མཉམ་པར་བཞག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐུབ་ལམ་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལྷོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་  
 མཐོང་ཐོབ་པ་དང་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུབ་ལམ་དོད་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 དེ་ཆོས་ཅན། ལྷོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་ཐོབ་མ་ཐག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 དེ་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུབ་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་རྟོན་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དེ་ལྷོང་ཉིད་ལ་དམིགས་པའི་ལྷག་མཐོང་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དུས་མཉམ་  
 མཆོག་གི་སྒྲུབ་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་རྟོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུབ་ལམ་དངོས་སུ་གསར་དུ་སྐྱེ་བའི་སེམས་  
 རྟོན་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་མ་ཡིན་པའི་དགོས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥༥ དེའི་རྒྱུད་ལ་དེ་ནམ་སྐྱེས་པའི་ཆེ་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཐུབ་ལམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་  
 གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ།  
 གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་པའི་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་ན་ཡུམ་རྟོན་

གསལ་པོའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཚན་གང་ནས་ཡིན་དོས་འདྲིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་འཆད་པའི་སྐབས་ནས་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་དོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བཞི་པ་སྒྲུ་ཚུལ་གྱི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྟེན།  
 རྩ་བོ། དབྱེ་བ། སྒྲུ་ཚུལ། བྱེ་བ་སོ་སོའི་དོན། སྒྲོ་རིག་ལ་དབྱེད་པ་དང་དུག་ཆོས་ཅན།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དག་འཕྲོས་སའི་རྩ་བའི་ས་བཅད་དོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་གྱི་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ། ཞེས་པའི་  
 ས་བཅད་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་སྟོན་པའི་མདོ་ཆོག་དོས་འདྲིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྲོ་མ་ལམ་ལ་འདོམས་པའི་གདམས་ངག་གི་སྐབས་  
 སུ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་རྩེ་མོའི་སྒྲོན་དུ་མི་རྣམས་ལ་དེ་ལྟ་བུའི་དགེ་བའི་རྩ་བ་ཐམས་  
 ཅད་ཡོངས་སུ་རྫོགས་པར་བགྱི་བར་འཆལ་བའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་སེམས་དཔའ་ཆེན་  
 པོས་ཤེས་རབ་གྱི་ཡ་རོལ་དུ་སྒྱུན་པ་ལ་བསྐྱབ་པར་བྱའོ། ཞེས་སོགས་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས།  
 དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་དགོངས་པ་འགྲེལ་བའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་སྟོན་པའི་མདོ་རྟོགས་ཀྱིན་  
 གྱི་ཆོག་དོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་  
 དང་། ཞེས་སོགས་ཤོ་ལོ་ཀ་བཅུ་གཉིས་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
 སྐབས་སུ་ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྦྱོར་ལམ་ལས་བྱང་ཆོས་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བྱང་པར་དུ་  
 འཕགས་པ་བརྟན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། བྱང་ཆོས་ལཱའི་སྒྲོ་ནས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་  
 མ་གཏོགས་བྱང་ཆོས་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་མ་ཡིན་ལགས། འཁོར་གསུམ།  
 བྱང་ཆོས་དུག་གི་སྒྲོ་ནས་བྱང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམས་ཡིན་པ་སྦྱོར་བས་གྲུབ་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེས་གྲུབ་པར་ཐལ། དམིགས་པ་དང་ནི་རྣམ་པ་དང་། ཞེས་སོགས་གྱི་  
 སྐབས་སུ་སྦྱོར་བ་དེ་དོས་འདྲིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྦྱོར་

ལམ་ཆོས་ཅན། ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་དྲུག་གི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་འཕགས་  
 རྟེན། དེ་ལ་དམིགས་པ། རྣམ་པ། རྩ། ཡོངས་འཛིན། ལྡན་ཚུལ། དེ་བཞི་གས་ཀྱི་  
 སྒྲིམ་ཞུང་པར་དུ་འཕགས་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འདྲ་བའི་  
 སྐྱོར་བ་དེ་རང་ལུགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་དེ་ཐེག་དམན་  
 གྱི་སྐྱོར་ལམ་ལས་བྱུང་ཆོས་དྲུག་གི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་དུ་འཕགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བའི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་འཕགས་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་  
 རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དགོངས་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིམ་མེ་ལས། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་  
 ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་ལས་དམིགས་པ་རྣམ་པ་རྩ་ཡོངས་འཛིན་ལྡན་ཚུལ་ཏེ་  
 བྱུང་ཆོས་ལཱི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་དུ་འཕགས་ཚུལ་མདོར་བསྟན་ནས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་  
 ཟེན་ལ་མ་བཤད་པ་ཙམ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བའི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་འཕགས་ཆོས་  
 བྱུང་པ་མི་འབྲད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མི་འབྲད་པར་ཐལ། དེ་བའི་ཉིད་ཐེག་དམན་ལ་  
 ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་  
 ལམ་ལ་དོད་ཅེ་མོ་བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་བཞི་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཐེག་དམན་གྱི་  
 སྐྱོར་ལམ་ལ་དོད་ཅེ་མོ་བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་སོགས་བཞི་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་དོད་དང་ཅེ་མོ་  
 བཟོད་པ་ཆོས་མཆོག་བཞི་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 སྐྱོར་ལམ་ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་ལས་དེ་བའི་སྒྲིམ་ཞུང་པར་འཕགས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་  
 མ་གྲུབ། ཐེག་དམན་གྱི་སྐྱོར་ལམ་དོད་ཅེ་གཉིས་ཀྱི་དེ་བཞི་ཡོད་ཀྱང་བཟོད་པ་ཆེན་པོ་དང་  
 ཆོས་མཆོག་ལ་དེ་བམེད་པའི་རྩ་མཆོན་གྱིས་ལགས། འོ་ན། ཐེག་དམན་སྐྱོར་ལམ་བཟོད་  
 པ་ཆེན་པོ་དང་ཆོས་མཆོག་གཉིས་ལ་དེ་བམེད་པ་དང་། ཐེག་ཆེན་སྐྱོར་ལམ་བཟོད་ཆེན་དང་ཆོས་



མཆོག་གཉིས་ལ་དབྱེ་བ་ཡོད་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཐེག་དམན་  
གྱི་སྒྱུར་ལམ་བཟོད་ཆེན་དང་ཆོས་མཆོག་གཉིས་དུས་མཐའི་སྐད་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༄༅། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་རིགས་ཀྱི་

སྒོར་གྱི་བལ་ཕྱེང་།

༄༅། ༡༩ དེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བྱེད་པས་ཁྱད་པར་ཏུ་གྱུར་པ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 སུ་འདོད་དོ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་  
 འདི་སྤྱི་དོན་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་འདི་སྤྱི་དོན་ནས་མ་ཡིན་པར་བལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་  
 ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་རིགས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་བལ། གཞུང་འདི་འི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་རིགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་  
 ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཀྱན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་ཙམ་པས་ནི་ཀྱན་  
 གཞིའི་སྤྱོད་ཀྱི་བཤད་པའི་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བྱེད་པའི་ཆེ་ན་  
 རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། ཞེས་པ་གཞུང་འདི་འི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྒྲ་  
 ཕྱི་དེ་དག་རིགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་བལ། དབུ་སེམས་  
 གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དབུ་མ་པའི་ལུགས་  
 ལ། རང་གི་རྟོན་ཆོས་སུ་གྱུར་པའི་དྲི་མ་མ་སྤངས་པའི་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག རོ་  
 བོ་ཉིད་སྐྱར་འགྱུར་རུང་དེ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་སུ་  
 འགྱུར་རུང་དེ། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན། སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ལ། སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་གང་ཞིག ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བྱེད་པ། རང་  
 བཞིན་གནས་རིགས་དང་། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་གང་ཞིག ཐོས་  
 སོགས་ཀྱི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བྱེད་པ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་སུ་འཛོག་པས། དབུ་སེམས་  
 གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་རིགས་ལ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་འཛོག་ཚུལ་དེ་ལྟར་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་བལ། སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་

གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན། མི་འགལ་བ་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་  
 གུབ། འོ་ན། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གུབ། **སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་**  
**ཙན།** འོ་ན། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ། སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་  
 ཙན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ།  
**འདོད་ལགས།** འདོད་ན། སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་ཙན། སེམས་  
 ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་  
 གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དཀོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་  
 འགྱུར་གྱི་རིགས་མི་འགལ་ཏེ། སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མི་འཐད་དེ། སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བྟབ་པའི་ཆེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་།  
 དེས་གསོས་བྟབ་པའི་ཆེ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་སུ་རྣམ་བཤད་ལས་གསུངས་པས། རིགས་གཉིས་པོ་  
 འགལ་བ་ཁོ་ན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། སེམས་  
 ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ། སེམས་ཙན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་ཙན། རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་  
 ན། ཆར། འོ་ན། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 གཉིས་ཀྱི་གཞི་མཐུན་མེད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སེམས་ཙམ་པའི་  
 ལྷགས་ལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་མི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་

ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཙ་པའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར།

༡༥ དེ་ཡང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གནས་གྱུར་པ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུ་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་  
 རིགས་གནས་གྱུར་པ་ལས་གཟུགས་སྐྱུར་འགྱུར་བ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྱུབ་པའི་ཕྱིར།  
 མ་གྱུབ་པ་རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་གྱུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྱུབ། དབུ་མ་པ་རང་གི་ལུགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་  
 དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གསུམ་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། གསུམ་པོ་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྱུབ། ཉན་ཐོས་སྒྲེ་པའི་ལུགས་བཤད་པ། སེམས་ཅམ་  
 པའི་ལུགས་བཤད་པ། དེ་ལ་ཉི་སྒྲུང་དུ་འཕགས་པས་དགག་པ་མཛད་ཚུལ་བཤད་པ་རྣམས་  
 ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྱུབ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་གོང་འཕེལ་དུ་གྱུར་པ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་  
 སྐྱུར་འགྱུར་བ་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་གོང་འཕེལ་དུ་གྱུར་པ་ལས་གཟུགས་སྐྱུར་  
 འགྱུར་བ་ཡིན་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་གནས་གྱུར་པ་  
 ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་ཡིན་ན། གནས་གྱུར་པ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་བས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྱུབ། འོ་ན། བདེན་འཛིན་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྤོང་བའི་མཚན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲང་  
 གི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་གནས་གྱུར་པ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་སྤྲོང་གཞི་ཆོས་ཅན་བདེན་འཛིན་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སྤོང་བའི་མཚན་གཞིའི་  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྱུབ། དེ་མ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བདེན་  
 འཛིན་དང་དམིགས་པ་མཚུངས་པ་སོགས་མཚུངས་ལྡན་ནམ་པ་ལྟ་མཚུངས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་མཚན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཅན། བདེན་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བདེན་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱལ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་  
 མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་ལྗོན་མེ་ལས། དེ་ལ་ཁོ་ན་རེ། བདེན་འཛིན་གྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་མཚན་ཉིད་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་དེར་ཐལ། དྲི་མ་དང་  
 བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན། མ་བྱལ་སྟེ། འོ་ན། བདེན་འཛིན་ཡེ་  
 ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། དྲི་མ་དང་བཅས་པའི་སེམས་དེར་འགྱུར་རུང་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བྱལ་པ་ཁས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བདེན་འཛིན་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་པའི་མཚན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེའི་སྟངས་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་ཆོས་ཅན།  
 རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་མི་འཐད་པར་  
 ཐལ། དེའི་སྟངས་གི་ཆོས་ཉིད་དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེ་རང་གི་རྟོན་ཆོས་སྐྱུ་གྱུར་པའི་དྲི་མ་མ་སྤངས་པའི་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་གང་ཞིག འོ་པོ་  
 ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རང་གི་རྟོན་ཆོས་སྐྱུ་  
 གྱུར་པའི་དྲི་མ་མ་སྤངས་པའི་ཤེས་པའི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པ་གང་ཞིག འོ་པོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འོ་པོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་འོ་པོ་ཉིད་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་ཏེ། དེ་འོ་པོ་ཉིད་སྐྱུར་  
 འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་སྟངས་གཞི་ཆོས་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་དེ་འདྲའི་མཚན་གཞིའི་

ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་  
མཆན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འོ་ན། དེ་འདྲའི་མཆན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དེ་རྒྱུད་ལྡན་གྱི་གང་ཟག་དེ་ཆོས་ཅན།  
སངས་རྒྱུ་རྒྱུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཆན་གཞིའི་  
ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་གང་ཟག་དེ་དང་དེ་འཆང་  
རྒྱུ་མི་རྒྱུ་དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་མཆན་གཞིའི་ཡིད་ཀྱི་ནམ་ཤེས་དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་མི་འགྱུར་ལ་རག་  
ལས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༩༥ ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་ཙམ་པའི་ནི་ཀུན་གཞིའི་སྟེང་གི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་  
པོན་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་མ་བཟུང་པའི་ཆེ་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་  
གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གསུམ་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་  
ཐལ། གསུམ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྟེ་པའི་ལྷགས་  
བཤད་པ། དེ་ལ་ཉི་ལྔ་དུ་འཕགས་པས་དགག་པ་མཛད་ཚུལ་གཤད་པ། དབུ་མ་པ་རང་  
གི་ལྷགས་བཤད་པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་  
ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཀུན་གཞི་འདོད་པའི་སེམས་ཙམ་པས་  
ཀུན་གཞིའི་སྟེང་གི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་མ་བཟུང་པ་དེ་  
རང་བཞིན་གནས་རིགས་སུ་ཁས་ལེན་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ཀུན་གཞི་འདོད་པའི་སེམས་  
ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ། དེ་འདྲའི་ས་པོན་དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

འོ་ན། དེ་འདྲའི་ས་པོན་དེ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
ན། དེ་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་འདྲུག་ཤེས་རྟུག་གིས་གསར་དུ་བཞག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་ཤར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ཀྱན་གཞིའི་རྩ་བ་ལས། བརྟན་པ་ས་པོན་ཀྱན་གཞི་ནི། །བསྐྱོ་  
བར་བྱེད་པས་བསྐྱོ་གཞི་ལ། །འགག་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པའི་ཆོ། །བཞག་པའི་རྣམ་པོ། །ཞེས་གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་བརྟན་པ་ས་པོན་གྱི་ཀྱན་བཞི་དེ་ཉིད་འདྲུག་ཤེས་རྟུག་  
གིས་གསར་དུ་བཞག་པར་སྟོན་པའི་ལུང་ཡིན་པ་ལས། ཀྱན་གཞིའི་སྟེང་གི་ཟག་མེད་ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་དེ་འདྲུག་ཤེས་རྟུག་གིས་གསར་དུ་བཞག་པར་སྟོན་པའི་ལུང་མ་ཡིན་ནོ། འོ་  
ན། དེ་འདྲའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་དེ་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་སོགས་བྱེད་པར་གསུམ་  
ཇུན་གྱི་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རིགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མི་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མི་ཆང་བར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་གང་ཞིག་ ཐོས་པའི་  
ཀྱན་གྱིས་གསོས་མ་བཏབ་པ་དེ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
དེ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡེ་  
ཤེས་ཆོས་སྐྱར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། རང་  
བཞིན་གནས་རིགས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་བ་ལ་ངེས་པར་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱར་འགྱུར་དགོས་པའི་  
ཕྱིར། དགོས་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བཙུན་བྱམས་  
མགོན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་  
རྒྱད་གྲ་མ་ལས། དང་པོའི་སྐྱེ་ནི་དང་པོ་སྟེ། །ཞེས་སོགས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐྱར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་རྣམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྷན་  
 པ་མ་བྱུང་། དེ་ལྷན་པ་ཡོད་པར་ཐལ། བྱིད་རྣམ་ཤེས་མ་ཡིན་ན། བྱིད་ཀྱིས་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་ཉེར་ལེན་  
 མི་བྱེད་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་དཔལ་  
 ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པ་རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཆད་མ་རྣམ་འགྲེལ་ལས། རྣམ་ཤེས་མིན་པའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི། ཉེར་ལེན་མིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཡང་གྲུབ། ཁྱེད་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་ཟག་མེད་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་  
 ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་སངས་རྒྱལ་ཀྱི་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཡེ་ཤེས་ཆོས་སྐྱུ་ཉེར་ལེན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་མཁས་  
 གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་  
 ཀྱིས་མཛད་པའི་རྣམ་བཤད་རྟོགས་དཀའི་སྒྲུང་བ་ལས། དེ་ཡང་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྣམ་པར་  
 གཞག་ན། དེའི་སྤྱིང་ན་ཡོད་པ་དང་། རྣམ་པར་མ་གཞག་ན། ནང་གི་སྤྱི་མཆེད་དུག་གི་སྤྱིང་ན་ཡོད་  
 པའི་ཟག་པ་མེད་པའི་ས་བོན་རིགས་འདྲ་སྤྱར་མེད་གསར་དུ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱུབ་པ་མིན་གྱི། ཐོག་མ་མེད་  
 པ་ནས་བརྒྱུད་དེ་འོངས་པ་འཕགས་ལམ་སྐྱད་ཅིག་དང་པོའི་ཉེར་ལེན་བྱེད་པ་ཞིག་ཏེ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྤྱི་གཉེན་པོའི་ཕྱོགས་གོ་མས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱུ་བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་གི་ས་བོན་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་



ཕ་དུས་མཉམ་ཞིང་། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་དང་མཐོང་སྤང་གི་ས་པོན་  
 འགག་པ་དུས་མཉམ་པའི་སྒོ་ནས་མཐོང་སྤང་གི་ས་པོན་དངོས་སུ་སྤངས་པ་གཞུང་གི་དོན་ནོ། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྱིདོན་ཡུམ་**  
**དོན་གསལ་པའི་སྒོ་ན་མེ་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་གཞུང་  
 དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དང་། མཐོང་**  
**ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བསྟན་པ་ཡིན་ལགས།** དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་ཕྱོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་གི་ས་  
 པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་སྐྱེས་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་  
 གསུམ། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
 དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོང་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒོ་ན་མེ་ལས། དེ་ལ་ཁ་ཅིག་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པས་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་སྐྱེས་པ་  
 དང་མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཟེར་ན་མ་བྱུང་། ཅེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 སྐྱེས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་ཡང་། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་  
 ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།**  
 འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་  
 ཕ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་གནས་  
 པའི་སེམས་དཔའི་རྒྱུད་ལ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་སྐྱེས་པ་དང་མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་  
 མཉམ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་དང་།  
 མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་

བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་ལ་མངོན་  
 དུ་སྟོགས་པ་གཉིས་དུས་མཉམ་པར་བལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་ལ་མངོན་  
 དུ་སྟོགས་པ་གཉིས་དུས་མི་མཉམ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མི་མཉམ་པར་བལ། དེ་ལྟར་མི་  
 མཉམ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་བལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་  
 འོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཁོ་ན་རེ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་  
 སྟོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དུས་མཉམ་པར་བལ། རྣམ་  
 བཤད་ལས། འོ་ན་ཅི་ཞེ་ན། སྤར་གཉེན་པོའི་སྟོགས་གོམས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གཉེན་པོ་དེ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་  
 དུ་སྟོགས་པ་དང་སྤང་བུའི་ས་པོན་གྱི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དུས་མཉམ་ཞིང་།  
 ཞེས་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་ཞེས་བྱུང་པར་སྟོས་པ་ལ་དོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱུང་སྟེ། སྤང་བུའི་  
 ས་པོན་གྱི་རིགས་འདྲ་ཐ་མ་ཞེས་པ། སྐད་ཅིག་ཐ་མ་ལས་འོས་མེད་པའི་ཕྱིར། **ཞེས་གསུངས་པའི་**  
**ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་  
 དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་གཉིས་དུས་མི་མཉམ་པར་བལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། ཆར། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་  
 པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་མ་ཡིན་པར་བལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་  
 བལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་  
 བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་བལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་  
 པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་འོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། དེའི་འོག་དུ་དེ་དག་སྐྱེས་པའི་སྟོབས་ཀྱིས།  
 ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། སྦྱོར་བ་དང་། མཐའ་དཔྱད་པ་གཉིས། དང་པོ་ནི། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེ་བ་ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དང་། མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་  
 ལ་མངོན་དུ་སྟོགས་པ་དུས་མཉམ་སྟེ། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་སྐྱེས་པ་དང་།

མཐོང་སྤང་རྟོག་པའི་ས་པོན་འགག་པ་དུས་མཉམ་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར།

༥༥ གཡ་ཆེར་ལ་ཡིད་བདུན་མི་འདུག་གོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རིགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་གཡ་ཆེར་ལ་ཡིད་བདུན་མི་འདུག་གོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ལས་གཞུང་འདི་དང་འོག་ནས་ཉི་སྤང་ལས་འབྱུང་བ་ནམས་ལ་དཔག་ན། ལུགས་འདི་ལ་ཡང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་འགལ་བར་སྤང་བས་ཆོགས་ལམ་ཡན་ཆད་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་མེད་པར་སྒྲིད་གོས་པ་འདྲ་སྟེ། གཡ་ཆེར་ལ་ཡིད་བདུན་མི་འདུག་གོ། གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྐུར་འགྱུར་རུང་གི་རིགས་གང་ཞིག རྩོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བཏབ་པ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་དང་། དེ་གང་ཞིག རྩོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཏབ་པ། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་རིགས་གཉིས་པོ་འགལ་བ་མ་ཡིན། མི་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འགལ་བ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡང་ཡིན། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་པོན་དེ། རང་

བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་དེ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པ་  
གང་ཞིག རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་  
གནས་རིགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་སྐྱེ་ཕྱི་གཉིས་གང་ཡང་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
མི་ལྡན་པར་ཐལ། དེའི་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཟུར་ཕྱི་མ་དེ་མི་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་ལྡན་  
པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ས་བོན་དེ་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་མ་བཟུང་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུར་གྱུར་པའི་ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་  
པའི་དགེ་ཅུ་བྱུང་པར་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
རྒྱུ་ཡིན་ན། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ།  
འདས་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། ཐར་པའི་རྒྱུ་ཡིན་ན། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་  
བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། འདས་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་  
གསོས་བཟུང་པའི་ཐར་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐར་པའི་རྒྱུ་ཡིན་  
ན། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་ན། འདས་ལམ་གྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན་ཡང་།  
ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
ཆར། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་ཡིན་ན་ཡང་། ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་རྒྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་  
ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཆོས་ཅན།  
ཐོས་སོགས་ཀྱིས་གསོས་བཟུང་པའི་ཆོས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། དེ་འདྲའི་ས་བོན་དེ་རང་  
བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀའི་གཞི་མཐུན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་

འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། རིགས་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འོ་ན། དེ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རིགས་གིག་མེད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་རིགས་གིག་དེའི་ལྷགས་ལ་འཛོག་རྒྱ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་སྒྲིབ་རིགས་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རིགས་གང་ཞིག་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སྒྲིབ་རིགས་ཆོས་ཙན། སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་རིགས་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་སེམས་ཙམ་པའི་ལྷགས་ལ་རིགས་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཆར།

༤༥ ལྷགས་འདི་ལ་རིགས་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཙན་མེད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲིབ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་སྐབས་པའི་རྟེན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ཀྱི་རིགས་ཀྱི་དབྱེ་བ་ལ་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་ངོ་པོ་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་

མ་གྲུབ། རི་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་ངོ་བོ་འཛིན་པ་  
 ཡིན་ལགས། འོ་ན། རི་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་ཆོས་ཅན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་  
 པར་ཐལ། **འདྲ་ལགས།** རི་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་བཞིན་གནས་རིགས་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་དོན་མ་ཆང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** རི་  
 བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ལ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཀྱི་དོན་མ་ཆང་པར་ཐལ།  
 ཁྱོད་རྒྱ་རྒྱུན་གྱིས་གསར་དུ་བཅོས་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་འཕགས་པ་གྲོལ་སྒེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་**  
**གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ཉི་ལྟང་ལས། དེ་དག་གིས་ནི་རང་བཞིན་དུ་གནས་  
 པའི་རིགས་ལ་རང་བཞིན་དུ་བཟོད་པའི་དོན་བཟོད་དགོས་སོ། རྒྱུ་རྒྱུ་གངས་ཡིན་ཞོ་ཞེ་ན། རྒྱུ་  
 ཀྱིས་ཡང་དག་པར་བླངས་པ་ལས་བྱུང་བ་ཡང་དེ་ཡིན་པས་དེས་ན་དོན་གྱི་བྱད་པར་ཅི་ཞིག་ཡོད། ཅེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། རི་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** རི་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིག་ཆོས་ཅན། ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། བཅོམ་  
 རྒྱུ་འདས་ཀྱི་མདོ་དང་མཐུན་པ་གང་ཞིག འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཡིན་པ་གང་ཞིག ཕྱི་མ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་མདོ་དགོན་མཆོག་བརྟེན་པ་ལས། གང་ལ་འདྲ་བྱེད་རུང་ཟད་ཀྱང་མེད་  
 པ་དེ་ནི་འདུས་མ་བྱས་ཡིན་ལ། འདུས་མ་བྱས་གང་ཡིན་པ་དེ་འཕགས་པ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་ཡིན་ཏེ། ཞེས་  
 དང་། སལ་ཆེན་ལས་ཀྱང་། ཀྱི་རྒྱལ་པའི་སྲས་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་  
 དབྱིངས་སྒྱུར་ལེན་པ་ན་མ་མཁའ་ལྟར་ཡངས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གཉིས་པ་འཕགས་སེང་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འཕགས་པའི་ཉི་ལྟང་ལས། ཆོས་  
 ཉིད་ཀྱི་རྣམ་གངས་ཡིན་པ་ལ་ནི་ཉེས་པ་འདི་མེད་དོ། ཞེས་པ་དང་། སྟོབ་དཔོན་སེཌ་བཟང་པོའི་འགྲེལ་  
 པ་ལས། ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཉིད་ཁོ་ན་ལ་རིགས་ཞེས་བརྟན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་

ཡང་། སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་རིགས་ཀྱིས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་བཅས་ཀྱི་སེམས་གསལ་རིགས་ཅམ་ལ་རིགས་སུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ན་རིགས་དེ་གསར་བཞག་དགོས་པས་མདོ་དུ་མ་དང་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མདོ་དུ་མ་དང་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་མངོན་པའི་མདོ་ལས། ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཀྱི་དབྱིངས། ཆོས་རྣམས་ཀྱན་ཀྱི་གནས་ཡིན་ཏེ། དེ་ཡོད་པས་ནི་འགྲོ་ཀྱན་དང་། བྱུང་ན་འདས་པའང་ཐོབ་པར་འགྱུར། ཞེས་དང་། དཀོན་བཙུགས་པ་ལས། རིགས་དེ་ནི་རྣམ་མཁའ་དང་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་བྱུང་པར་མེད་པའོ། རིགས་དེ་ནི་ཐམས་ཅད་ཀྱི་ཆོ་ཆོས་ཀྱི་དེ་བཞིན་ཉིད་ཡིན་པས་ཆོས་ཀྱི་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉག་པའོ། ཞེས་དང་། ཐོགས་འགྲེལ་དུ་མདོ་དངས་པ་ལས། རི་ལྟར་ན་མ་མཁའ་གཟུགས་རྣམས་ཀྱན་ཏུ་སོང་། དེ་བཞིན་འདི་ཡང་སེམས་ཅན་ཆོགས་ཀྱན་སོང་། ཞེས་དང་། ཐོགས་འགྲེལ་ལས་ཀྱང་། དེ་ལྟར་སངས་རྒྱས་ཀྱི་གཟུགས་དང་། སྤང་ཅི་དང་། སྤྱིང་པོའི་དཔེ་འདི་གསུམ་གྱིས་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་ཆོས་ཀྱི་སྐུ་ལུས་པ་མེད་པའི་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་བྱུང་པའི་དོན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ན་སེམས་ཅན་འདི་དག་ཐམས་ཅད་ནི་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་སྤྱིང་པོ་ཅན་ཡིན་ཞེས་བསྟན་ཏོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

ཡན་ སྐབས་འདིར་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་སོ་སོར་རིགས་ངེས་པ་དང་། གང་དུ་ཡང་རིགས་མ་ངེས་པ་དང་། རིགས་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་སོགས་ཞལ་གྱིས་བཞེས་པ་དང་། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གསུམ་ཡོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། གསུམ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པའི་ལུགས་བཤད་པ། དེ་ལ་ནི་སྤྱང་དུ་འཕགས་པས་དགག་པ་མཛད་

ཚུལ་བཤད་པ། དབུ་མ་པ་རང་གི་ལུགས་བཤད་པ་ནམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་  
གི་སེམས་ཅམ་པའི་སྐབས་འདྲིར་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ཐེག་པ་སོགས་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་སོ་སོར་རིགས་  
ངེས་པའི་གང་ཟག་དང་དེ་གསུམ་གང་དུ་ཡང་རིགས་མ་ངེས་པའི་གང་ཟག་རིགས་ཆད་  
ཀྱི་གང་ཟག་སོགས་ཁས་ལེན་ཞེས་པའོ། གཞུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
འདོད་ན། ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་གི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་རིགས་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཁས་ལེན་པར་  
ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་ལེན་པར་ཐལ། ལུང་གང་གི་རྗེས་སུ་འབྲང་བའི་སེམས་ཅམ་པས་དེ་  
ལྟར་ཁས་ལེན་ཚུལ་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལ་ལ་ཅིག་དུ་ཉེས་པར་  
སྒྲིད་ངེས་ཡིད། །ལ་ལ་དཀར་པོའི་ཆོས་ནམས་ཀུན་དུ་བཅོམ། །ལ་ལ་ཐར་པ་ཆ་མཐུན་  
དགེ་བ་མེད། །དཀར་པོ་དམན་པ་ཡོད་པ་རྒྱ་དང་ཐལ། །ཞེས་པའི་མདོ་སྡེ་རྒྱན་གྱི་ལུང་  
ཆོག་སོགས་ཀྱི་རྗེས་སུ་འབྲངས་ནས་དེ་ལྟར་ཁས་ལེན་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ལུང་གི་རྗེས་  
འབྲང་གི་སེམས་ཅམ་པས་རིགས་གཏན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཁས་ལེན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
ན། ལུང་གི་རྗེས་འབྲང་གི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ་རིགས་གཏན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་ཡོད་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེའི་ལུགས་ལ། ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་གཏན་ནས་མེད་པའི་སེམས་  
ཅན་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུ་ལ་  
ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་གཏན་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ཕྱིས་སུ་རྒྱུན་  
གྱིས་གཏན་མེད་བྱས་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་  
སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དགེ་ཅ་ཆད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་  
ན། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུ་ལ་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་དགེ་བ་སྦྱེ་མ་ཚུང་ཞིང་ཕྱིས་སུ་འང་སྦྱེ་མི་  
སྲིད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུ་ལ་བསམ་གཏན་  
གྱི་དངོས་གཞི་སྦྱེ་མ་ཚུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེ་ཁམས་  
གོང་མར་སྦྱེ་མ་ཚུང་བར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཚུང་བར་ཐལ། དེའི་རྒྱུ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་



དངོས་གཞི་སྐྱེ་མ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། བྱམ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁམས་གོང་མར་སྐྱེ་བ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེའི་རྒྱུ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཕྱིར་ཕྱིར། དེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེ་ཁམས་གོང་མར་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། རང་གི་མར་མ་གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་གཅིག་གྲང་མེད་པ་དང་། གནས་དེ་དང་དེར་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་སེམས་ཅན་གཅིག་གྲང་མེད་པ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་སོགས་ལས་གསུངས་པ་གང་ཞིག་ཞལ་གྱིས་བཞེས་དགོས་པའི་ཕྱིར། དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་འདྲའི་སེམས་ཅན་དེ་ཁམས་གོང་མར་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེའི་རྒྱུ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེའི་རྒྱུ་ལ་དགེ་བ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། ཕྱིར་ཕྱིར། དེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། དེའི་རྒྱུ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། བྱམ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱམ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་དགེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེའི་རྒྱུ་ལ་དགེ་བ་སྐྱེ་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར་ཐལ་ལོ། གཞན་ཡང་། རིགས་གཏན་ཆད་ཀྱི་སེམས་ཅན་མེད་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་ལྟར་མེད་པ་མེ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་སྤེང་ལས། སེམས་ཅན་པས་རིགས་གཏན་ཆད་འདོད་ཅེས་གྲགས་གྲང་། གྲང་དོན་གྱི་མདོ་སྤེ་འགའ་ཞིག་ནས་བཤད་པ་དེ་དང་དེར་ནམ་བཞག་མཛད་པ་ཅམ་ཡིན་གྱི། རེས་དོན་དུ་མི་བཞེད་དེ། འདོད་ན། སྐྱེ་བ་སྤང་དུ་མི་རུང་བར་ཁས་ལེན་དགོས་ལ། དེ་ཡང་མི་འཐད་དེ། དེ་མ་ཐམས་ཅད་སྐྱེ་བར་བར་འདོད་པས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཅིག་ལ་འཛིག་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་འདི་སྐྱེ་དོན་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་འདི་སྐྱེ་དོན་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་རིགས་ཀྱི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། གཞུང་ཆོན་དེ་རིགས་ནས་མ་ཡིན་

པར་ཐལ། གཞུང་འདྲིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་རིགས་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་སམ་ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟོང་  
 པོའི་ངོ་པོ་ནི་ཞེས་པ་གཞུང་འདྲིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྒྲ་ཕྱི་དེ་དག་རིགས་བཤད་  
 པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་སམ་ཁམས་  
 བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟོང་པོའི་ངོ་པོ། སེམས་ཅན་གྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཅིག་ལ་འཛོག་པར་  
 སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་མདོ་ཡི་ལུང་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མདོ་སྡེ་ཡལ་ཆེན་ལས། གྱི་  
 རྒྱལ་བའི་སྤྲུལ་བྱ་ལྟ་བུ་སེམས་དཔའི་རིགས་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལྟར་ལེན་པ་  
 རྣམ་མཁའ་ལྟར་ཡངས་པ་རང་བཞིན་གྱིས་འོད་གསལ་བ་སྟེ། དེ་ལྟར་གནས་པའི་བྱ་ལྟ་བུ་  
 སེམས་དཔའ་དེ་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྟེས་པ་ཡིན།  
 མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྟེས་པ་ཡིན། ད་ལྟར་བྱུང་  
 པའི་སངས་རྒྱས་བཙུགས་ལྟར་འདས་རྣམས་ཀྱི་རིགས་སུ་སྟེས་པ་ཡིན། ཞེས་པའི་ལུང་ཆོས་  
 ཅན། འོ་ན། དེ་འདྲའི་ལུང་ཆོས་ཅན། ཁམས་བདེ་བར་གཤེགས་པའི་སྟོང་པོའི་ངོ་པོ། སེམས་ཅན་  
 གྱི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་དབྱིངས་ཅིག་ལ་འཛོག་པར་སྒྲུབ་བྱེད་གྱི་མདོ་ཡི་ལུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ན། དེ་མ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་  
 ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ན། དེ་མ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་མ་  
 བྱུང་བར་ཐལ། དེ་འདྲའི་མ་བྱུང་པའི་སྟོན་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱན་  
 མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་  
 སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་  
 དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། དེ་མ་དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་དེ་མ་དང་བཅས་

པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག དེ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དང་པོ་  
 དེར་ཐལ། བྱང་སེམས་རྒྱན་མཐའ་བའི་རྒྱད་ལ་དྲི་མ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཤེས་  
 སྒྲིབ་མེད་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་སྦྱེས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན།  
 དེ་འབྲེལ་མ་བྱུང་པའི་རྒྱན་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། དེ་འབྲེལ་མ་བྱུང་པའི་  
 རྒྱན་ཡིད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། རང་བཞིན་གནས་རིགས་ཡིན་ན། དྲི་མ་  
 དང་བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཅ་བའི་  
 དམ་བཅའ་ནས་ཆར། འོ་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དྲི་མ་དང་  
 བཅས་པའི་སེམས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། དེ་བྲལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན།  
 རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཆོས་ཅན། སྟོ་བྱར་དྲི་བྲལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བར་ཐལ།  
**འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། བྱིད་ཀྱི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་  
 མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་ཐོབ་ཟིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་གྱི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་ན། བྱིད་ཀྱི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་  
 ཐོབ་ཟིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མ་བྱུང་  
 པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་  
 མེ་ལས། ཁོ་ན་རེ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་  
 ཐོབ་ཟིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་ཕྱིར་ཟེར་ན། མ་བྱུང་། ཅས་གསུངས་པའི་  
 ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་  
 དང་བྲལ་ན། དེའི་དྲུས་སུ་སྟོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་ཐོབ་ཟིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་**

ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། རྒྱུན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་དུས་སུ་སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་  
མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་ཐོབ་ཟིན་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། བྱང་  
སེམས་རྒྱུན་མཐའི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
འདྲོད་ལགས། བྱང་སེམས་རྒྱུན་མཐའི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་  
བ་ཡིན་པར་ཐལ། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་གང་ཞིག བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་  
དཔྱོད་མཆོག་གི་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། དེར་ཐལ། དེ་དང་བྲལ་བ་  
གང་ཞིག བྲལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ན་ཡང་མ་ཁྲབ་སྟེ། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་སངས་  
རྒྱུས་ཀྱི་སའི་འགོག་བདེན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
བྱང་སེམས་རྒྱུན་མཐའི་འགོག་བདེན་ཆོས་ཅན། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་གང་ཞིག བྲལ་བ་ཡིན་  
པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར། སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བ་གང་ཞིག བྲལ་བ་ཡིན་ན།  
སྒོ་བྱར་གྱི་དྲི་མ་དང་བྲལ་བའི་བྲལ་བ་ཡིན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། ཚར།

༧༥ རྣམས་འདིར་མཐའ་དཔྱད་པ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྒྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཐའ་དཔྱད་པ་བཞི་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྟེ་པའི་ལུགས་བཤད་པ། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་བཤད་པ། དེ་  
ལ་ཉི་ལྔ་དུ་འཕགས་པས་དགག་པ་མཛད་རྒྱུ་ལ་བཤད་པ། དབུ་མ་པ་རང་གི་ལུགས་བཤད་  
པ་རྣམས་ཆོས་ཅན། དེ་རྣམས་ཆོས་ཅན། རྣམས་འདིར་མཐའ་དཔྱད་པ་ལ་བཞི་ཡོད་དེ་ཞེས་པའི་  
བཞི་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཉན་ཐོས་སྟེ་པའི་ལུགས་ཀྱི་  
རིགས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཆོས་གོས་དང་། གནས་མལ་  
དང་། བསོད་སྟོམས་ངན་ངོན་ཅམ་གྱིས་ཆོག་ཤེས་པའི་འཕགས་པའི་རིགས་ཞེས་པ་གསུམ་

དང་། སྤྲོང་བ་དང་དགོན་པ་ལ་མངོན་པར་དགའ་བའི་འཕགས་པའི་རིགས་ཏེ་བཞི་པོ་དེ་  
 ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོས་མངོན་པའི་མདོ་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་  
 རིགས་དེ་ནི་ཐོག་མ་མེད་པ་ནས་བརྒྱུད་དེ་འོངས་པ་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་སྟེ་མཆེད་དུ་གཤི་བྱུང་པར་གང་  
 ཡིན་པ་སྟེ་ཞེས་པའི་དོན་དུ་མངོན་ནས། ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་དང་།  
 ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་གཉིས་ེ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་  
 པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཀུན་གཞི་ཁས་  
 ལེན་པའི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་ཡོད་པ་གང་ཞིག་ ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་  
 སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་  
 ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཐུགས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱི་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་ཅམ་པས་ནི་ཀུན་གཞིའི་སྤྲོང་གི་  
 ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བཟབ་པའི་ཆེ་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་།  
 དེ་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་བཟབ་པས་བྱུང་པར་དུ་གྱུར་པ་རྒྱས་འགྱུར་གྱི་རིགས་སུ་འདོད་དོ། ཀུན་  
 གཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་སེམས་ཅམ་པས་ནི་ནང་གི་སྟེ་མཆེད་དུ་གཤི་སྟེང་ན་ཡོད་པའི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་  
 ཀྱི་ས་བོན་རྒྱུན་དང་འཕྲད་ན་ཐེག་པ་གསུམ་པོ་གང་རུང་གི་རྟོགས་པ་སྟེ་རུང་གི་རྒྱས་པ་དེ་རང་བཞིན་གནས་  
 རིགས་སུ་འདོད་དེ། བྱང་ས་ལས། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་རིགས་དེ་ནི་མདོར་བསྟུན་ན་རྣམ་  
 པ་གཉིས་ཏེ། རང་བཞིན་གྱིས་གནས་པ་དང་ཡང་དག་པར་སྒྲུབ་པའོ། དེ་ལ་རང་བཞིན་གྱིས་གནས་  
 པའི་རིགས་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཀྱི་སྟེ་མཆེད་དུ་གཤི་བྱུང་པར་གང་ཡིན་པ་སྟེ། དེ་ནི་གཅིག་  
 རས་གཅིག་ཏུ་བརྒྱུད་དེ་འོངས་ལ་ཐོག་མ་མེད་པའི་དུས་ཅན་ཆོས་ཉིད་ཀྱིས་ཐོབ་པ་དེ་ལྟ་བུ་ཡིན་ནོ། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། ཀུན་གཞི་ཁས་ལེན་པའི་སེམས་  
 ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་རིགས་འཛོག་ཚུལ་དང་། ཀུན་གཞི་ཁས་མི་ལེན་པའི་སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ཀྱི་  
 རིགས་འཛོག་ཚུལ་གཉིས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། སེམས་ཅམ་པའི་ལུགས་ལ། རང་

བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་མི་འགལ་བ་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འགལ་བ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། རྒྱུ་  
 འགྱུར་གྱི་རིགས་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 ཡིན་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། རྒྱུ་  
 འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱུ་  
 འགྱུར་གྱི་རིགས་ཡིན་ན། རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་  
 རིགས་དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་མི་འགལ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ།  
 རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་མི་འགལ་བར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་འགལ་བ་  
 དེ་ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་གྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱེང་ལས། དེ་ནི་ལྷོག་པ་འགལ་བ་ཡིན་  
 གྱི་རྗེས་འགལ་བ་ནི་མིན་ཞོ། དེས་ན་རྗེས་ལ་བསམ་ན་ལམ་དུ་ཞུགས་ནས་གཉིས་ཀ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་རང་བཞིན་  
 གནས་རིགས་གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་  
 རིགས་ཡིན་ན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་མ་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
 ཆར། གཞན་ཡང་། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་དང་། རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་འགལ་བར་ཐལ། ཐོས་  
 པའི་རྒྱུ་གྱི་གསོས་བཏབ་པ་དང་མ་བཏབ་པ་གཉིས་འགལ་བའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲུབ་པར་  
 ཐལ། ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་བཏབ་པ་དང་མ་བཏབ་པ་གཉིས་འགལ་ན། རྒྱུ་འགྱུར་གྱི་རིགས་  
 དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་འགལ་དགོས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། ཐོས་  
 པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་བཏབ་པ་དང་ཐོས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་གསོས་མ་བཏབ་པ་གཉིས་འགལ་ན། རྒྱུ་འགྱུར་  
 གྱི་རིགས་དང་རང་བཞིན་གནས་རིགས་གཉིས་འགལ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་  
 ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངའ་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་  
དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་རང་བཞིན་གནས་རིགས་  
དང་། རྒྱུ་འབྱུང་གྱི་རིགས་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟེར་ན་མི་འཐད་དེ། སེམས་ཅན་གྱི་རྒྱུད་ཀྱི་ཟག་  
མེད་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ས་བོན་ཐོས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་གསོས་མ་བཟབ་པའི་ཆོ་རང་བཞིན་གནས་རིགས་དང་། དེས་  
གསོས་བཟབ་པའི་ཆོ་རྒྱུ་འབྱུང་གྱི་རིགས་སུ་ནམ་བཤད་ལས་གསུངས་པས། རིགས་གཉིས་འགལ་བའོ་  
ན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆོར།

༄༅། སར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཐེག་ཆེན་སྐུ་པའི་  
དམིགས་པའི་སྒྲོར་གྱི་ཐལ་ཕྱེད་།

༄༅། ༡༽ འདིའི་ཕྱོགས་སུ་སྐུ་པ་པོ་སེམས་ཙམ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་འདོད་པ་བརྗོད་པ་ན། ཞེས་  
པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་  
ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེའི་གཞུང་ཆོག་ཡིན་ལགས། དེ་འདྲ་པའི་གཞུང་  
ཆོག་དེ་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེའི་གཞུང་ཆོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཆོག་དེ་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་  
ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྐུ་པའི་དམིགས་པ་བཤད་  
པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐུ་པའི་དམིགས་པ་སྒྲོན་པའི་མདོ་  
ཆོག་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔལ་ཆེན་པོས་  
ཆོས་ཐམས་ཅད་རྟོགས་པར་བྱའོ། ཞེས་དང་། རབ་འབྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཅེས་བྱ་བ་  
ནི་དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་དུ་མ་བསྟན་པ་དང་། འཛིན་ཉེན་དང་འཛིན་ཉེན་ལས་  
འདས་པ་དང་། ཟག་པ་དང་བཅས་པ་དང་། ཟག་པ་མེད་པ་དང་། འདུས་བྱས་དང་། འདུས་  
མ་བྱས་དང་། ཁ་ན་མ་ཐོ་བ་དང་བཅས་པ་དང་། ཁ་ན་མ་ཐོ་མེད་པ་དང་། ཐུན་མོང་པ་  
དང་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དག་སྟེ། རབ་འབྱོར་དེ་དག་ནི་ཆོས་ཐམས་ཅད་ཞེས་བྱའོ། ཞེས་  
སྟགས་གྱི་མདོ་ཆོག་དེ་དག་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་འདྲ་པའི་མདོ་ཆོག་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐུ་  
པའི་དམིགས་པ་སྒྲོན་པའི་མདོ་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་  
དགོངས་པ་འགྲེལ་པའི་མདོ་རྟོགས་རྒྱ་གྱི་ཆོག་འོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། དམིགས་པ་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དེ། །དེ་ཡང་དགེ་ལ་སྟགས་པ་ཡིན། །འཛིན་  
ཉེན་པ་ཡི་རྟོགས་པ་དང་། །གང་དག་འཛིན་ཉེན་འདས་འདོད་དང་། །ཟབ་བཅས་ཟག་པ་



མེད་ཆོས་དང་། །གང་དག་འདུས་བྱས་འདུས་མ་བྱས། །སྒོ་བ་པ་ཐུན་མོང་ཆོས་  
 རྣམས་དང་། །གང་དག་ཐུབ་པའི་ཐུན་མོང་མིན། །ཞེས་སོགས་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་རྒྱན་  
 ཆོག་དེ་དག་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་སྟོན་པའི་བསྟན་བཅས་ཀྱི་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྒྱན་གྱི་ཆོག་དེ་དག་གིས་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བསྟན་  
 པ་མ་ཡིན་མ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་བསྟན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་  
 དམིགས་པ་བསྟན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་བསྟན་པར་ཐལ། དམིགས་པ་བརྒྱ་གཅིག་  
 པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱང་བྱ་དགེ་བ་དང་། རྟོ་ར་  
 བྱ་མི་དགེ་བ་དང་། བརྟང་སྟོ་མས་སུ་བཞག་པར་བྱ་བ་ལུང་མ་བསྟན་དང་། འཛིག་རྟེན་  
 པའི་རྟོག་པ་དང་། འཛིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྟོག་པ་སྟེ་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། ཟག་བཅས་  
 དང་། ཟག་མེད་ཀྱི་ཆོས་རྣམ་པ་གཉིས་དང་། འདུས་བྱས་དང་འདུས་མ་བྱས་གཉིས་དང་།  
 ཐེག་པ་གསུམ་གའི་ཐུན་མོང་བའི་ཡོན་ཏན་དང་། སངས་རྒྱས་ཁོ་ནའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་  
 པའི་ཡོན་ཏན་སོགས་བརྒྱ་གཅིག་པོ་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲའི་བརྒྱ་གཅིག་པོ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་  
 སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་བརྒྱ་གཅིག་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁོང་དུ་  
 བྱང་མ་ཐག་པའི་གཞུང་ཆོག་གི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། གསུམ་པ་དམིགས་པའི་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ་ཞེས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་  
 སོགས་གསུམ་བཤད་པ་དང་། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་རྟོན་བཤད་པ་ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་  
 ཆོས་ཅན། གསུམ་པ་དམིགས་པའི་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་རྩ་བཤད་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱུད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདིའི་ཕྱོགས་སུ་སྐྱབ་པོ་སེམས་ཅམ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་འདོད་པ་བརྟེན་

པ་ན། ཞེས་པའི་ཆོག་སྒྲུ་མ་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགོངས་པ་  
བཤད་ན། ཞེས་པའི་ཆོག་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། ཆོག་སྒྲུ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགོངས་པ་བཤད་ན། ཞེས་པའི་དགོངས་པ་བཤད་སའི་གཞུང་དེ་ངོས་འཛིན་  
གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འགྲེལ་ཆེན་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགོངས་  
པ་འཆད་སའི་གཞུང་ཆོག་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འགྲེལ་ཆེན་  
ལས། གང་ཡང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་རྟག་དུ་རྣམ་པར་དག་པ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་  
ནི་དམིགས་པ་ཡིན་ནོ་སྙམ་དུ་སེམས་པ་དེ་དག་གིས་རྟག་དུ་རྣམ་པར་དག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
གོང་དུ་རྣམ་པར་དག་པ་བྱུང་པར་དུ་འགྲོ་བ་ཇི་ལྟར་བརྗོད་པར་བྱ། ཞེས་པ་ནས། རྣམ་  
པར་དག་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་པའི་བར་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། དགོངས་པ་བཤད་སའི་འགྲེལ་  
ཆེན་གྱི་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགོངས་པ་བཤད་ཚུལ་དེ་ལ།  
མི་འདྲ་བ་གཉིས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲ་རབས་པའི་འདོད་པ་བཤད་ཚུལ་དང་། རང་ལུགས་ཀྱི་  
བཤད་ཚུལ་གཉིས་ཆོས་ཅན།

༡༥ དམིགས་པའི་བྱུང་པར་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་  
འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་ནས་མ་ཡིན་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་  
ནས་ཡིན་གསུང་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། གཞུང་ཆོན་ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དམིགས་པ་བཤད་པའི་སྐབས་  
ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། གཞུང་ཆོན་དེ་ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དམིགས་པ་བཤད་པའི་  
སྐབས་ནས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དམིགས་པའི་བྱུང་པར་བྱེ་བྲག་དུ་  
བཤད་པ་རྣམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་གྱི་མེད་པའི་  
ཕྱིར། ས་བཅད་དེ་ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དམིགས་པའི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་  
པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་བཅད་དེ་ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་དམིགས་པའི་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་

ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཉིས་ཡོད་ལགས། དེ་དང་  
 མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཉིས་མེད་པར་ཐལ། གཉིས་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དགེ་སོགས་གསུམ་བཤད་པ་དང་། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ཞེས་  
 པའི་ས་བཅད་གཉིས་པོ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་གཉིས་ཆོས་ཅན། དམིགས་པའི་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་  
 དུ་བཤད་པ་ཞེས་པ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་  
 མ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་སོགས་གསུམ་བཤད་པ་དང་། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཤད་པ། དམིགས་  
 པའི་བྱད་པར་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་དགེ་སོགས་གསུམ་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་  
 འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་བ། མི་དགེ་བ། ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་པོ་  
 ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་གསུམ་པོ་ཆོས་ཅན། དགེ་སོགས་གསུམ་བཤད་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་  
 པའི་དགེ་སོགས་གསུམ་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 གསུམ་གྱི་མཆན་ཉིད་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལུང་དུ་  
 བསྟན་པ་གང་ཞིག བདེ་བ་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པ། དགེ་པའི་མཆན་ཉིད་དང་།  
 ལུང་དུ་བསྟན་པ་གང་ཞིག སྦྱུག་བསྐྱེད་སྦྱེད་བྱེད་ཀྱི་རིགས་སུ་གནས་པ། མི་དགེ་པའི་  
 མཆན་ཉིད། དགེ་མི་དགེ་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆོས་ལུང་མ་བསྟན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཤད་ཚུལ་དེ་ལ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་དང་།  
 སེམས་ཅམ་པ། དབུ་མ་པ་རྣམས་མཐུན་པ་མ་ཡིན་མི་མཐུན་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མཐུན་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། འོ་ན། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཤད་པ་ཞེས་པའི་སྐབས་ནས་བསྟན་པའི་ཟག་བཅས་  
 ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཤད་ཚུལ་དེ་ལ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པ་དང་། སེམས་ཅམ་པ། དབུ་མ་པ་རྣམས་མི་མཐུན་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་མཐུན་པར་ཐལ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པ། སེམས་ཅམ་པ། དབུ་  
 མ་པ་རྣམས་ཀྱིས་འདོད་པའི་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་བྱད་པར་ངོས་བཟུང་ནས་དེ་རྣམས་མི་མཐུན་ཚུལ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉན་ཐོས་སྡེ་པས་དམིགས་པ་དང་མཚུངས་ཐུན་

གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་རུང་བ་དེ། ཟག་བཅས་དང་། དམིགས་པ་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གང་རུང་གི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་མི་རུང་བ་དེ། ཟག་མེད་དུ་འདོད། སེམས་ཅམ་  
 པས་ཟག་པའི་སྒོ་དུག་གང་རུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་རུང་དེ་ཟག་བཅས་དང་།  
 ཟག་པའི་སྒོ་དུག་གང་རུང་དང་འབྲེལ་བའི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་མི་རུང་བ་དེ། ཟག་མེད་  
 དུ་འདོད། དབུ་མ་པས་སྤང་བུ་དེའི་གཉིན་པོ་བྱེད་པའི་ཆ་ནས། ཟག་མེད་དང་། མི་བྱེད་  
 པའི་ཆ་ནས་ཟག་བཅས་སུ་འདོད་པས་བྱད་པར་དེ་ལྟར་འཛོག་ལགས། འོ་ན། ཉན་ཐོས་སྡེ་  
 པ་དང་། སེམས་ཅམ་པ། དབུ་མ་པ་གསུམ་གྱི་ལྷགས་ལ་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་གྱི་བྱད་པར་དེ་ལྟར་མི་  
 འཛོག་པར་བཤམ། སེམས་ཅམ་པའི་ལྷགས་ལ། ཟག་པའི་སྒོ་ནས་དུག་པོ་གང་རུང་དང་འབྲེལ་བའི་  
 སྒོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་རུང་མི་རུང་ཞེས་པའི་ཟག་པའི་སྒོ་དུག་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། ཟག་པའི་བདག་ཉིད། ཟག་པ་དང་འབྲེལ་བ། ཟག་པས་བཅེངས་པ། ཟག་  
 པའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ། ཟག་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ། ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་དང་དུག་  
 པོ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་དག་རེ་རེའི་མཚན་གཞི་རེ་འཛོག་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཙ་ཉོན་དུག་དང་ཉེ་ཉོན་ནི། ཟག་པའི་བདག་ཉིད་དང་། །དེ་དག་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་དང་བདག་རྒྱུན་དབང་པོ་དུག་ནི། ཟག་པ་དང་འབྲེལ་  
 བཟ། འཕེན་བྱེད་གྱི་དགེ་པའི་ལས་ནི། ཟག་པས་བཅེངས་པ། ཁོང་མའི་སོ་སྐྱེས་ནི། ཟག་  
 པའི་རྗེས་སུ་འབྲེལ་བ། ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་དམིགས་པ་ནི། ཟག་པའི་རྗེས་སུ་མཐུན་པ།  
 དག་བཅོམ་པའི་ནམ་སྒྲིན་གྱི་ཡུང་པོ་ནི། ཟག་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བ་སྟེ་དུག་གོ། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་བཤམ། དེ་དག་རིམ་པ་བཞིན་ཟག་བཅས་ཡིན་ཚུལ་གསུང་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་  
 གྲུབ། ཙ་ཉོན་དང་ཉེ་ཉོན་ནམས་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པའི་  
 བདག་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉོན་མོངས་དེ་དག་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་སེམས་སེམས་བྱུང་  
 ནམས་དང་དབང་པོ་དུག་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། རིམ་པ་བཞིན་དུ་མཚུངས་ལྡན་  
 དང་བདག་རྒྱུན་གྱི་སྒོ་ནས་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པ་དང་འབྲེལ་བའི་ཕྱིར། ཡང་སྟོན་འཕེན་

བྱེད་ཀྱི་དགེ་བའི་ལས་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། སྲིད་པའི་དབང་གིས་ཡང་སྲིད་འཕེན་  
 པས་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པས་བཅིངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ས་གོང་མའི་སོ་སོའི་སྐྱེ་པོ་ཆོས་  
 ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། ས་འོག་མའི་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ས་བོན་དང་རྗེས་སུ་འབྲེལ་  
 པས་དེར་སྐྱེ་བའི་ཕྱིར། གང་ལ་དམིགས་ནས་ཉོན་མོངས་སྐྱེ་བའི་དམིགས་པ་ནམས་ཆོས་  
 ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ཆོས་འཕེལ་བ་དང་རྗེས་སུ་མཐུན་པའི་  
 ཕྱིར། དག་བཅོམ་པའི་ནམ་སྒྲིན་གྱི་ཡུང་པོ་ཆོས་ཅན། ཟག་བཅས་ཡིན་ཏེ། སྲིད་པ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཟག་པ་ཉོན་མོངས་པའི་རྒྱ་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱིར། ཞེས་པ་ནམས་རིམ་པ་ལྟར་  
 དེ་དག་ཟག་བཅས་ཡིན་ཚུལ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱེར་ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་  
 དོན་ཇི་ལྟར་འཛོག་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཟག་པའི་སྒྲོ་བཞི་པོ་གང་  
 རུང་དང་བཅས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་རུང་བ་དེ་ཟག་བཅས་དང་། ཟག་པའི་སྒྲོ་བཞི་  
 པོ་གང་རུང་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཟག་པ་རྒྱས་སུ་མི་རུང་བ་དེ་ཟག་མེད་དུ་འཛོག་ དེ་མི་  
 འཛོག་པར་ཐལ། འདིའི་སྐབས་ཀྱི་ཟག་པ་བཞི་པོ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་བའི་ཟག་པ། ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ། རྟག་པའི་ཟག་པ། ཤེས་  
 སྒྲིབ་ཀྱི་ཟག་པ་བཅས་ཡིན། དེ་ཡང་འཁོར་བའི་བསྐྱེས་པ་ཐམས་ཅད་འཁོར་བའི་ཟག་པ་  
 ཡིན། ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཉོན་མོངས་པའི་ཟག་པ་ཡིན། རྟག་པ་ཐམས་  
 ཅད་རྟག་པའི་ཟག་པ་ཡིན། བདེན་འཛིན་བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་ཤེས་སྒྲིབ་ཀྱི་ཟག་པ་ཡིན།  
 འོན་ཀྱང་སྐྱེར་ཟག་བཅས་ཡིན་ན། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ལ་ཟག་བཅས་ཡིན་པས་བྱུང་བ་དང་། སྐྱེར་ཟག་  
 མེད་ཡིན་ན། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ལ་ཟག་མེད་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། བྱུང་བའི་ཕྱིར། བྱུང་བ་  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ལ། ཟག་བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་བྱུང་བར་དེ་སྐྱེར་ཟག་  
 བཅས་ཟག་མེད་ཀྱི་དོན་བཞག་པ་ལྟར་འཐད་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་མི་འཛོག་པར་ཐལ། དབུ་མ་པའི་ལྷགས་ལ་སྤང་བུ་དེའི་གཉེན་པོ་བྱེད་མི་བྱེད་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་  
 འཛོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་

ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲིན་མེ་ལས། དབུ་མ་པ་སྤང་བྱ་དེའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཟག་མེད་དང་། དེ་མི་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་ཟག་བཅས་སུ་འཛོག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཁམས་གསུམ་འགྲོ་བའི་སྒྲ་མ་ཤར་རྒྱལ་བ་ཙོང་ཁ་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོན་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་གྱི་སྤྲང་བ་ལས། ཟག་བཅས་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་དུ་ལྟ་བའི་གཉེན་པོ་བྱེད་ཀྱས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉིད་ཀྱིས་ཉེ་བར་ལེན་པ་སྟེ། ཞེས་དང་། ཟག་མེད་ནི་གང་ཟག་གི་བདག་དེར་ལྟ་བའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པ་ཉེ་བར་བཞག་པ་བཞི་དང་ཡང་དག་སྤྲང་བ་ལ་སོགས་པའི་འཛོག་ཉེན་ལས་འདས་པའོ། ཞེས་གསུངས། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ དམིགས་པ་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འོན་ཀྱང་དམིགས་པ་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱིས་གཞུང་དོན་གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་ཆོག་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མངོན་རྟོགས་རྒྱན་ནམ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དམིགས་པ་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་གཞུང་ཆོག་དེ་བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་ཆོག་ཅིག་མ་ཡིན། མདོ་ཆོག་ཅིག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་ཆོག་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། བརྟན་བཙུགས་ཀྱི་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་ཆོག་དེའི་ཆོག་གི་མ་ནམས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡང་དགེ་ལ་སོགས་པ་ཡིན། འཛོག་ཉེན་པ་ཡི་རྟོགས་པ་དང་། གང་དག་འཛོག་ཉེན་འདས་དོན་དང་། ཞེས་སོགས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དམིགས་པ་ཆོས་ནམས་ཐམས་ཅད་དེ། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ། སྤྱོད་བ་དང་མཐའ་དབྱེད་པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་སྤྱོད་བ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།

ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ཏེ། དེས་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་བྱ་  
 པའི་གཞི་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་གཅད་པར་བྱ་པའི་གཞི་ཡིན་  
 ཞེས་པའི་གཞི་དམིགས་པ་དེ་ལ་བརྟུ་གཅིག་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགེ་བ། མི་  
 དགེ་བ། ལུང་མ་བརྟན། འཇིག་རྟེན་པ་དང་། འཇིག་རྟེན་ལས་འདས་པའི་རྟོག་པ། ཟག་  
 བཅས། ཟག་མེད། འདུས་བྱས། འདུས་མ་བྱས། ཐུན་མོང་པའི་ཡོན་ཏན། ཐུན་མོང་  
 མིན་པའི་ཡོན་ཏན་དང་བརྟུ་གཅིག་ཆོས་ཅན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་སོགས་བརྟུ་གཅིག་གང་རུང་  
 གིས་བསྐྱས་པས་བྱབ་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱབ་  
 པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་དམིགས་པ་ཡིན་ན། དགེ་དང་མི་དགེ་སོགས་བརྟུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་  
 ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་ཆོས་  
 ཅན། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་སོགས་བརྟུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། དགེ་བ་དང་མི་དགེ་བ་དང་ལུང་མ་བརྟན་གང་རུང་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། འཁོར་གསུམ། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་མ་བརྟན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དགེ་མི་དགེ་གང་རུང་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆོས་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལུང་མ་བརྟན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་  
 པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱི་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས་དགེ་མི་དགེ་གང་  
 རུང་དུ་མ་གྲུབ་པའི་ཆོས་ལུང་མ་བརྟན་གྱི་མཆན་ཉིད་ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་ཆོས་ཅན། ལུང་མ་བརྟན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། དགེ་མི་དགེ་ལུང་མ་བརྟན་སོགས་བརྟུ་གཅིག་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། རྩ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར།

# ༡༡༥། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་ གསུམ་སྒོར་གྱི་ཐལ་ཕྱེང་།

༡༡༥། ༡༥ འོ་ན། སྐར་མེས་ས་བསྐྱེད་ནས་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་སྐྱབ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པར་བཤད་  
པའི་སྐྱབ་པ་དེ་རིམ་ལྔ་པའི་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉམས་མ་གྲུབ།  
དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་པའི་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་  
མ་གྲུབ། སྐྱིད་པ་ལུས་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེན་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་ནམ་གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་སྒོར་  
ཕྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཅོས་ཀྱི་ཆོག་པའི་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། མངོན་ཉིད་གསུམ་  
རྒྱུན་ལས་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་གིས་བསྟན་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཞེས་པའི་ཆེན་པོ་གསུམ་པོ་དང་ས་བཟུང་ནས། དེ་དག་གི་དོ་བོ་རེ་རེ་ནས་འཛིན་  
རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་  
ནི། སེམས་ཆེན་པོ་དང་། སྤྲོས་པ་ཆེན་པོ། ཉིད་པ་ཆེན་པོ་བཅས་ཡིན་ལ། དེ་དག་  
གི་དོ་བོ་ཡོད་དེ། སངས་རྒྱུ་ལམ་གསུམ་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་སྒྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་  
ཀྱི་སེམས་ལྟ་བུ་སེམས་ཆེན་པོ་དང་། སྐྱབ་གཉིས་སྤྲངས་པའི་འགོག་བདེན་ལྟ་བུ་སྤྲོས་  
པ་ཆེན་པོ་དང་། ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་ཉིད་པ་པའི་མཐར་ཐུག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལྟ་  
བུ་ཉིད་པ་ཆེན་པོ་ཡིན་ནོ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཚན་  
ཉིད་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉམས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་  
འཇུག་པའི་འཕྲོག་བྱ་དེ་འཛིན་ལགས། འོ་ན། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་



འཕྲོ་བ་བྱ་དེ། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་  
ན། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་པོ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་  
བ་ཡིན་པས་བྱལ་བར་ཐལ། **འདྲོད་པའི་ཕྱིར།** **འདྲོད་ལགས།** འོ་ན། ལྷན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** ལྷན་མཐའི་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་  
པོ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་  
དུ་རྒྱལ་པོ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འདུག་བྱ་ཡིན་པའི་  
ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་འཕགས་པའི་ས་བརྒྱ་གང་  
རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱལ་བ་མ་བྱུང་།** དེ་བྱལ་བར་ཐལ། གནས་སྐབས་ཀྱི་ཉིང་དགོས་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་ན། ལྷན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་  
ཀྱི་གནས་སྐབས་ཀྱི་འདུག་བྱ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར། ལྷན་མཐའི་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་པོ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་པར་  
ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། ལྷན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། ཐེག་  
ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ལྷན་མཐའི་བར་ཆད་  
མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱལ་གྱི་སས་བསྐྱེས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱལ་བ་མ་བྱུང་།** འཁོར་གསུམ། དེ་  
བྱལ་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱལ་གྱི་བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་  
དུ་རྒྱལ་པོ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་པས་བྱལ་བ་གང་ཞིག་ བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་རྒྱལ་པོ་  
འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་དེ། ཐེག་ཆེན་རྒྱལ་པོའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པ་གོང་དུ་ཁས་ཐུངས་  
ཟེན་པའི་ཕྱིར། **བྱལ་བ་མ་བྱུང་།**

༡༥ ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།

གྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དམིགས་  
 པའི་བྱུང་པར་བྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཆིག་  
 རྩ་མ་ངོས་བཟུང་ནས་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆིག་རྩ་མ་  
 རིམ་ལྡོག་ལྟར་ཐེག་ཆེན་གྱི་རྒྱུ་བ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་  
 པ་ཇི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡོད་དེ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལ། གཞུང་དོན་རིམ་ལྡོག་ཆེན་གྱི་  
 རྒྱུ་བ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་དགོས་པ་གཙོ་བོ་ནི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་  
 ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནི་ཞེས་པའོ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་ཐེག་ཆེན་རྒྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 པའི་མཆན་ནི་དང་པོ་ཆེན་གྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་  
 རྒྱུ་བ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཐོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དབྱེ་ན་དུ་  
 ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་ཆེན་པོ། སྤངས་པ་ཆེན་པོ།  
 རྟགས་པ་ཆེན་པོ་སྟེ་གསུམ་ཡོད་ལགས། འོ་ན། དེ་གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་  
 རྒྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་དེ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་རྒྱུ་བ་པའི་ཆེད་  
 དུ་བྱ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་གཉིས་པོ་ཡོད་པར་ཐལ། ཡོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བྱུང་  
 པ་རྩ་མ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཡོངས་སྐྱུ་དང་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཐེག་  
 ཆེན་རྒྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
 ཆེན་པོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 སེམས་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ རྟག་མ་གཉིས་པོ་གང་རུང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་  
 བྱུང་། འཁོར་གསུམ། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་དེའི་ངོ་བོའི་སྒྲོན་མས་དབྱེ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ལང་། ཡོངས་སྐྱུ་དང་སྐྱུ་ལ་སྐྱུ་གཉིས་ཆོས་ཅན། ཆེན་པོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་རྒྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལ་དེའི་མཆན་ནི་དང་ཆང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆང་པར་ཐལ། ཡོངས་

སྐྱུ་དང་སྐྱུལ་སྐྱུ་གཉིས་བྱང་སེམས་གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱུ་བ་པ་ལ་འདུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་བྱག་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐྱུ་བ་གཉིས་ཟད་པར་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་  
 དེ་དེ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་རྒྱ་མཚན་ནམ་པ་ཀླན་དུ་མཚུངས་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མཚུངས་  
 པར་ཐལ། ཡོངས་སྐྱུ་དང་སྐྱུལ་སྐྱུ་གཉིས་བྱང་སེམས་ཀྱིས་དོན་དུ་གཉེར་བྱ་མཐར་བྱག་དང་འཕྲོ་བ་  
 བྱ་མཐར་བྱག་ཡིན་པ་གང་ཞིག་སྐྱུ་བ་གཉིས་ཟད་པར་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་ལའང་། དེ་ལས་ལྷག་  
 པའི་དེ་ཡིན་ཚུལ་གང་ཡང་མེད་པའི་བྱིར། གཞན་ཡང་རྩ་བའི་བྱ་བ་ཕྱི་མ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་  
 བ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་བྱ་གས་རྒྱུད་ཀྱི་  
 སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱུ་བ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྤེལ་པལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་སྐྱུ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སྤྱོན་མེ་ལས། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་བྱ་གས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་  
 ལྟ་བུ་སེམས་ཆེན་པོ་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་ན། ཆར།  
 འོ་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་བྱ་གས་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་བྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་བྱིར། བྱ་བ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱ་བ་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། ཐུགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པའི་བྱིར། བྱ་བ་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་བྱ་བ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱ་བ་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་ནམ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་  
 རྒྱན་ལས། སེམས་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱུ་འཕགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར། གསུངས་

པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སངས་རྒྱུ་གྱི་ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་  
ཡིན་པའི་བྱ་བ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སངས་རྒྱུ་འཕགས་པའི་ཐུགས་  
རྒྱུ་གྱི་སྤྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན་ཆར།  
དེ་ལྟར་ན། སྤྲིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱ་བ་  
པར་ཐལ། དེ་ཡིན་ན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བྱ་བ་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་གྱི་སྐྱབ་པ་འཕམ་ལམ་གྱིས་ཆོས་ཐམས་ཅད་  
ལ་དམིགས་པའི་དགོས་དོན་མཐར་ཐུག་ནི། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་པའི་ཆེད་  
དུ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་  
ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོད་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྔ་མ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པས་ཆོས་ཐམས་ཅད་ལ་དམིགས་པའི་མཐར་ཐུག་གི་དགོས་པ་ངེ་  
ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེ་ན། དེ་ཡོད་དེ་ཞེས་པའི་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། གཞུང་དེའི་ཆོག་སྔ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིར་འདིའི་སྐབས་སུ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་  
ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་བསྟན་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
གསུམ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མངོན་རྟོགས་རྒྱུ་གྱི་ཆོག་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
སེམས་ཅན་ཀུན་མཆོག་ཉིད་སེམས་དང་། །སྤྱོད་དང་རྟོགས་དང་གསུམ་པོ་ལ། །ཆེན་པོ་  
གསུམ་གྱི་རང་བྱུང་གི། །ཆེད་དུ་བྱ་བ་འདི་ཤེས་བྱ། །ཞེས་པའི་ཆོག་རྣམས་ཆོས་ཅན།  
ཆོག་དེ་རྣམས་ཆོས་ཅན། ཆེན་པོ་གསུམ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་ཆོག་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་དང་དབྱེ་བ་སོགས་རེ་རེ་ནས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གང་གི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཕྲོ་བ་  
བྱ་མཐར་ཐུག་དེ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་དང་། དེ་ལ་དབྱེ་ན།

སེམས་ཆེན་པོ། སྤྲོས་པ་ཆེན་པོ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་དང་གསུམ་ཡོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་ཐུག་དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་  
 ཆེད་དུ་བྱ་བའི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འོ་ན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་  
 ཡིན་ན། གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། གཞན་དོན་ཆོས་ཅན། གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་  
 ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
**རྟོགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔས་ཆེད་དུ་གཉེར་བྱ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟོགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ་གཞན་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟོགས་མ་གྲུབ།** བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པ་དེ། གཞན་དོན་གྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་གཞན་གྱི་  
 རྟོག་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་དོན་དུ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གོང་དུ་གཞན་དོན་དེ་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་  
 པ་འདོད་ཟེར་ན། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། གཞན་དོན་ཆོས་ཅན། གང་གི་ཆེད་དུ་སྐྱབ་པ་ལ་འཇུག་པའི་འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་  
 ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། འབྲས་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ།  
**འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལམ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་འབྲས་བྱ་མཐར་ཐུག་  
 ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ལམ་སྒྲོམ་སྒྲོམ་གྱིས་ཐོབ་པའི་ཡོན་ཏན་  
 མཐར་ཐུག་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སངས་རྒྱལ་གྱི་སས་བསྐྱེད་པ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། སྒྲོབ་པའི་ལམ་ལ་གཞན་དོན་མེད་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། གཞན་དོན་ཡིན་ན། གཞན་དོན་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། འཕྲོ་བ་བྱ་ཡིན་ན། འཕྲོ་བ་བྱ་མཐར་ཐུག་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། **འདོད་**  
**ལགས།** འདོད་ན། ཏ་ཅང་ཐལ་ལོ། གཞན་ཡང་། རྩ་བ་ནས་ཐེག་ཆེན་སྐྱབ་པའི་ཆེད་དུ་བྱ་བ་ལ་  
 དཔྱེ་ན། སེམས་ཆེན་པོ་དང་། སྤྲོས་པ་ཆེན་པོ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་དང་གསུམ་ཡོད་ཟེར་པ་ཡིན་

པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་གྱི་མཚན་གཞི་དང་། ས་འཚམས་  
 སོགས་རེ་རེ་ནས་གསུང་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་  
 པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ལྟ་བུ་དང་པོ་དང་། སྐུ་བ་གཉིས་སྤངས་པའི་འགོག་བདེན་གཉིས་  
 པར། ཆོས་ཐམས་ཅད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་གསུམ་པའི་མཚན་གཞི་ཡིན། ས་  
 མཚམས་ནི། སངས་རྒྱས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ལྟར་པ་ཡིན་ལགས། ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་མཚན་གཞི་དང་།  
 ས་མཚམས་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སངས་རྒྱས་འཕགས་  
 པའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་བསྐྱེད་པའི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དེ། སེམས་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་འཕགས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆེན་པའི་  
 ལམ་ཡིན་ན། ཆོས་ཐམས་ཅད་མཆེན་པ་དང་ལམ་གྱི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པས་མ་བྱལ་པར་ཐལ། ཅིའི་  
 ཕྱིར། དེར་མ་བྱལ་པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པའི་  
 མ་བྱལ་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། གཞན་  
 ཡང་། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སེམས་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་  
 རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཀུན་འགྲོ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སེམས་ཡིན་མི་དགོས་པ་གང་ཞིག་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སེམས་ཡིན་མི་དགོས་ཅིང་། དེ་ཡིན་ན། ཐབས་ཀྱི་  
 རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཁོ་རང་ལ་སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སེམས་  
 དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་འཕགས་ཀྱི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་བྱགས་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར།  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཚབ་དར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་

ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ནམ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་རྒྱན་ལས། སེམས་ཆེན་པོ་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱི་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་སྤངས་པ་མཐར་བུག་སྤྱིང་བ་ཆེན་པོ་ཉིད་དང་རྟོགས་པ་མཐར་བུག་རྟོགས་  
 པ་ཆེན་པོ་ཉིད་དོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། སངས་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་  
 ཀྱི་བྱུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། སེམས་ཆེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། མ་བྱུང་ན། ཆར། འོ་ན། སེམས་ཆེན་པོ་  
 ཡིན་ན། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་དགོས་པར་  
 ཐལ། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་ན། སེམས་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 འོ་ན། སེམས་དང་ཆེན་པོའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་ན། སེམས་ཉིད་ཆེན་པོ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་སྟོན་འདོག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། རྟོང་  
 ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཆོས་སྐྱུས་བསྐྱུས་པའི་སེམས་ཆོས་ཅན། དེ་ལ་འདོད་མི་རིགས་  
 པ་ནི་ཐབས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་མ་ཡིན་པས་སོ། །

# ༡༡། ཕར་སྤྱོད་སྒྲུབ་སྤང་པོ་ལས་གོ་སྒྲུབ་ སྒྲོར་གྱི་ཐལ་ཐེང་།

༡༡། ༡༢ ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་  
མ་གྲུབ་པའི་སྤྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ།  
ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་པོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་  
སྤྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྤྱོད་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་ཆོག་སྤྱོད་མ་པོས་བརྒྱུད་ནས་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་  
སྤྱོད་མེ་ནས་ཡིན་རྒྱལ་མེད་པའི་སྤྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་མ་ཁ་ཅིག་སྤྱོད་པའི་གོ་  
སྒྲུབ་དུག་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་དུག་ཤེས་རབ་དུ་འཛིན་པ་མི་  
འཐད་དེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་སྤྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་  
པ་ལྟར་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྤྱོད་མ་ཁ་ཅིག་སྤྱོད་པའི་གོ་སྒྲུབ་དུག་སྤྱོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་  
རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་དུག་ཤེས་རབ་དུ་འཛིན་པ་དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱོད་པའི་གོ་སྒྲུབ་དུག་སྤྱོད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་དུག་ཤེས་རབ་དུ་འཛིན་  
དགོས་པའི་སྤྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་པའི་གོ་སྒྲུབ་དུག་སྤྱོད་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྒྲུབ་དུག་  
ཤེས་རབ་དུ་འཛིན་དགོས་པར་ཐལ། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་བར་དུག་སྤྱོད་པ་དང་།  
སྤྱོད་པའི་ཤེས་རབ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་བར་དུག་ཤེས་རབ་དུ་ཆོས་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱོད་པའི་བར་དུག་སྤྱོད་པ་དང་། སྤྱོད་པའི་ཤེས་རབ་  
ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་བར་དུག་ཤེས་རབ་དུ་ཆོས་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
མཁས་གྲུབ་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ།  
དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་རྟོགས་དཀའི་སྤང་བ་ལས། གོ་ཆའི་སྒྲུབ་པ་ནས་པ་དུག་དུ་



བསྐྱར་རུང་ཉེ་སྤྱིན་པའི་སྤྱིན་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱིན་པའི་བར་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ལ་མོགས་པ་སྤྱིན་པའི་  
 ཤེས་རབ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཏུ་ཚོས་མཐུན་པའི་ཕྱིར་ཤེས་རབ་སྒོམ་པར་བྱེད་  
 རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། སྤྱིན་པའི་སྤྱིན་པ་  
 ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱིན་པའི་རབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་། སྤྱིན་པའི་ཤེས་རབ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཤེས་རབ་བར་  
 དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཏུ་ཚོས་མཐུན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁོང་གི་ལུང་དོན་འཐད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། སྤྱིན་པའི་སྤྱིན་པ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྤྱིན་པའི་ཤེས་རབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་། སྤྱིན་པའི་ཤེས་  
 རབ་ནས་ཤེས་རབ་ཀྱི་བར་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཏུ་འཛོག་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་ཁས། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་  
 ཤེས་རབ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་།  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 རྩེ་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་པའི་དཔེ་དཔྱད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དུ་འཛོག་གི་སྤྱི་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དཔྱད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དཔྱད་པ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཇུག་པའི་སྤྱི་དོན་ལུ་མ་དོན་གསལ་བའི་སྒོན་མེ་ལས། རྩེ་མ་ཁ་ཅིག་སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་  
 དང་། དེ་བཞིན་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཏུ་འཛོག་པ་མི་འཐད་དེ། ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐྱབ་  
 ཀྱི་སྤྱིན་པ་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 ན་ཆར། འོ་ན། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐྱབ་དུ་གསྤྱིན་པ་དང་ཏུ་མི་འཛོག་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དང་སྤྱིན་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པར་  
 ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་དང་སྤྱིན་པ་གཉིས་ལ་ཁྱད་  
 པར་མེད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཁྱད་པར་སྤྱི་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱིན་  
 པའི་གོ་སྐྱབ་དང་སྤྱིན་པ་གཉིས་ལ་མུ་བཞིའི་སྒོ་ནས་ཁྱད་པར་ཡོད་ལགས། སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་  
 དང་སྤྱིན་པ་གཉིས་ལ་མུ་བཞི་མེད་པར་ཐལ། མུ་བཞི་པོ་དེ་དེ་ནས་འཛོག་ཏུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉན་རང་གི་སྤྱིན་པ་དེ་སྤྱིན་པ་ཡིན་ལ་སྤྱིན་པའི་གོ་སྐྱབ་མ་ཡིན་པའི་མུ་

313

ནང་དུ་དུག་དུག་ཆང་བར་བསྐྱུས་ནས་ཉམས་སྲུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་  
བྱུང་། མ་བྱལ་ན། དེ་འདྲའི་ཀྱན་རྫོབ་སེམས་པ་བྱེད་དེ་ཟིན་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་འཛོག་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་ཤེས་རབ་ལ་གསུམ་ཡོད་པའི་ཀྱན་རྫོབ་རྟགས་  
པའི་ཤེས་རབ་གཉིས་པོའི་གང་རུང་ཞིག་བཞག་ན་ཆོག་ཅེ་ན་དཔུང་དོ། གཞན་ཡང་། ཉན་  
རང་གི་སྦྱིན་པ་དེ་སྦྱིན་པ་ཡིན་ལ་སྦྱིན་པའི་གོ་སྐབ་མ་ཡིན་པའི་སྐྱེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་རང་གི་སྦྱིན་  
པ་དེ་སྦྱིན་པ་ཡིན་ཚུ་ལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཉན་རང་གི་སྦྱིན་པ་ཆོས་ཅན།  
སྦྱིན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། གཏོང་བའི་སེམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཉན་རང་གི་བཙོན་  
འགྲུས་ཆོས་ཅན། སྦྱོ་བའི་སེམས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན།  
བྱང་སེམས་ཀྱི་བཙོན་འགྲུས་ཆོས་ཅན། སྦྱོ་བའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྟ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་རང་  
གི་བཙོན་འགྲུས་དེ་སྦྱོ་བའི་སེམས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་  
པ་ཡིན་པར་ཐལ། སྦྱོ་བའི་སེམས་པ་ཆོས་བཞི་ལྟ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་  
ཆོས་ཅན། སེམས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བཙོན་འགྲུས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པ་  
ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱའི་སྐྱེ་རིས་མི་འདྲ་བ་པ་རྒྱའི་འདབ་མ་ལྟར་མ་འདྲེས་པར་གནས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་གནས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་གནས་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་བའི་རྒྱལ་ཆ་བདར་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་  
པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
པའི་ནམ་བཤད་ཉིང་པོའི་རྒྱན་ལས། སྐབ་པའི་རོ་བོ་ཡིན་ན་བཙོན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱལ་པར་འདོད་  
པ་ནི་མི་རུང་ཞེ། རྒྱའི་སྐྱེ་རིས་མི་འདྲ་བ་པ་རྒྱའི་འདབ་མ་ལྟར་མ་འདྲེས་པར་གནས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར།

༡༩ དེ་བཞིན་ཤེས་རབ་ཀྱི་གོ་སྐབ་དུག་ཤེས་རབ་དུ་འཛོག་པ་མི་འཐད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྦྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
པའི་སྦྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་པ་རྒྱ་ཆེ་བ་གོ་སྐབ་འཆད་པའི་སྐབས་ནས་

ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སྐབས་འདིར་གོ་སྒྲུབ་འཆད་དགོས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་སྒྲུབ་པ་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པར་བཤད་པའི་སྒྲུབ་པ་དེ་རི་ལྟ་བུ་ཡིན་ཞེས་དོགས་པ་ཁོངས་ནས་བསུས་ཏེ། ལན་  
 དུ་དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་པ་ལ་སྟོན་ཚུལ་གྱི་སྟོན་ནས་གཉིས་སུ་སྟེ་ཞིང་། རོ་བོ་འཇམ་མཆན་གཞིའི་  
 སྟོན་ནས་བཞི་རུ་དབྱེ་རྟེན་པ་འཆད་དགོས་པས་ན། འདིར་གོ་སྒྲུབ་ཡང་འཆད་དགོས་པར་  
 གྲུར་པ་ཡིན་ལགས། རོ་ན། སྐར་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱི་སྐབས་སུ་ཆེན་པོ་གསུམ་གྱི་དོན་དུ་སྒྲུབ་པ་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པར་བཤད་པའི་སྒྲུབ་པ་དེ་ལ་རོ་བོ་འཇམ་མཆན་གཞིའི་སྟོན་ནས་སྟེ་ན་བཞི་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མེད་པར་ཐལ། བཞི་པོ་རོ་ས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གོ་སྒྲུབ་  
 འདུག་སྒྲུབ་ཚོགས་སྒྲུབ་རེས་འབྲུང་སྒྲུབ་པ་སྟེ་བཞི་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་པ་ལ་རོ་བོ་འཇམ་མཆན་གཞིའི་སྟོན་ནས་བཞིར་དབྱེ་དགོས་པའི་རྒྱ་མཆན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔལ་པོ་གཡུལ་ངོར་ཞུགས་པའི་ཆེ་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྤྱི་བའི་  
 སྟོན་ནས་གཡུལ་སྤྱད་པ་ན་གཡུལ་ལས་རྒྱལ་བ་ཐོབ་པ་བཞིན། བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་ཡང་  
 ཆེན་པོ་གསུམ་ཐོབ་པའི་ཕྱིར་དུ་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཆེ་སྒྲུབ་པ་བཞིའི་སྟོན་ནས་ཉམས་སུ་བྲངས་  
 པས་མཐར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ལས་རྒྱལ་ནས། རྣམ་མཐུན་དུ་རེས་པར་འབྲུང་  
 བར་བྱེད་པ་དང་མཚུངས་པའི་རྒྱ་མཆན་གྱིས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་  
 མཚུངས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔེར་ན། དཔལ་པོ་གཡུལ་ངོར་ཞུགས་  
 པའི་ཆེ། ཐོག་མར་སྤྱི་བའི་གོ་བོས་དེའི་རྗེས་གཡུལ་ངོར་ཞུགས། ཐོག་ས་དཔུང་ཚོགས་  
 རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་པས་གཡུལ་སྤྱད་པ་ན། མཐར་མ་རོལ་ལས་རྒྱལ་ཁ་ཐོབ་པ་བཞིན་དུ།  
 བྱང་རྒྱུ་བ་སེམས་དཔལ་ཡང་། ཐོག་མར་མི་མཐུན་ཕྱོགས་ཀྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་ཕྱིན་དུག་  
 གི་གོ་ཆ་སྤྱི་བ་བཞོས། དེའི་རྗེས་གང་དུ་འདུག་པར་བྱ་བ་སྤྱང་བ་དག་པོའི་སྟོན་ནས་ཉམས་  
 སུ་ལེན་པ་ལ་ཞུགས། ཐོག་ས་ཚོགས་གཉིས་ཀྱི་དཔུང་རྒྱ་ཆེན་པོ་དང་བཅས་ཉམས་སུ་བྲངས་  
 པས། མཐར་བཞུད་པ་མཐར་ཐུག་པའི་ཆེ་མི་མཐུན་ཕྱོགས་མཐའ་དག་ལས་རྒྱལ་ནས། རྣམ་

མཁའ་ཉིན་དུ་ངེས་པར་འབྱུང་བར་བྱེད་པ་ནམས་མཚུངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་ཡིན་ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་པ་མ་ཡིན། མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་  
 བྱིར། ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན།  
 བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར། བྱུང་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། གོ་རྒྱལ་འདུག་  
 རྒྱལ་ཆོགས་རྒྱལ་ངེས་འབྱུང་རྒྱལ་པ་བཞི་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་བྱིར།  
 བྱུང་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་མཐའ་དག་བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་བྱུང་  
 པར་དུ་བྱས་ནས་བཤད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བཤད་པར་ཐལ། རྒྱལ་པ་ཉམས་སུ་ལེན་པ་  
 ལ་བསམ་པ་བྱ་ཆེ་པ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས། སྒྲོར་པ་ལག་ལེན་བྱ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་པའི་བཙུན་འགྲུས། ཐེག་  
 ཆེན་གྱི་ཆོས་མཐའ་དག་ལ་མ་ཞུམ་པའི་བཙུན་འགྲུས། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཆོས་མཐའ་དག་ཉམས་སུ་ལེན་  
 པ་ལ་ངོམས་མི་ཤེས་པ་འཇོག་མི་ཤེས་པའི་བཙུན་འགྲུས་བཞིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་རྒྱལ་པ་ཉམས་  
 སུ་ལེན་དགོས་པར་འཆད་པའི་བྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འཆད་པར་ཐལ། དེ་རྩར་འཆད་པ་དེ་  
 ཡང་འཕགས་པ་ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་བྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དགོངས་  
 པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་མདོ་སྡེ་བྱུང་ལས། ཐོག་མར་དགེ་པའི་བཙུན་འགྲུས་དེ་  
 ནས་ནི། །ཚུལ་བཞིན་རབ་ཞུགས་སྒྲོར་པའི་བཙུན་འགྲུས་ཏེ། །མ་ཞུམ་མི་འགོང་ཆོག་མི་ཤེས་བཙུན་  
 འགྲུས། །ཞེས་གསུངས་པའི་བྱིར་དང་། དེར་མ་ཟད་པའི་ཆེན་པོས་དམས་གྲགས་པ་དཔལ་ཅན་དཔྱིད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་བྱིར་ཏེ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་སྒྱིད་ན་ཡུམ་  
 དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། ཐེག་ཆེན་གྱི་རྒྱལ་པ་གོ་ཆའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། སྒྲོར་པ་ལག་ལེན་ལ་  
 ཞུགས་པའི་བཙུན་འགྲུས་དང་། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་མཐའ་དག་ལ་མ་ཞུམ་པའི་བཙུན་འགྲུས་དང་།  
 ཆོག་མི་ཤེས་པའི་བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་དེ་རྩར་བརྟན་པའི་བྱིར། ཞེས་གསུངས་  
 པའི་བྱིར། གསུངས་པའི་བྱིར། འོ་ན། རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་ནམས་བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་བྱུང་པར་  
 དུ་བྱས་ནས་འཆད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཙོ་ན། རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་ཡིན་  
 ན། བཙུན་འགྲུས་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ཅིའི་བྱིར། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། རྒྱལ་མ་འདིའི་རྒྱལ་པ་

ནམས་བཙུན་འགྲུས་ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་འཆད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། བཙུན་འགྲུས་  
ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་བསྟན་པ་མ་གཏོགས། སྐབས་འདིའི་སྐབ་པ་ཡིན་ན་བཙུན་འགྲུས་  
ཡིན་པས་བྱུང་པར་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། སྐབས་འདིའི་སྐབ་པ་ནམས་བཙུན་འགྲུས་  
ཀྱིས་བྱུང་པར་དུ་བྱས་ནས་འཆད་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་  
པ་ཆེན་པོའི་སེམས་བསྐྱེད་ཀྱང་སྐབ་པ་ཉམས་ལེན་གྱི་བཙུན་འགྲུས་ཚུལ་པ་མེད་ན། ཆེན་  
པོ་གསུམ་ཐོབ་མི་རྣམས་པར་བསྟན་པའི་ཆེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར།

༡༥ སྐྱིན་པའི་ཕ་རོལ་དུ་སྐྱིན་པའི་གོ་ཆའོ། །ཞེས་སོགས་གོ་སྐབ་རྒྱས་པར་བཤད། ཅེས་པའི་  
གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐྱོད་ན་ཡུམ་  
དོན་གསལ་བའི་སྐྱོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། སྐྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྐྱོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། གོ་སྐབ་རྒྱས་པར་འཆད་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ཆོག་ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
གྲུབ། གང་པོས་གསོལ་བ་དེ་ནི་གོ་ཆ་ཆེན་པོ་བགོས་པའི་སེམས་ཅན་ལགས་ཏེ། བཙུན་  
ལྷན་འདས་དེ་ནི་ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་བྱགས་པའི་ཞེས་པ་ནས་སྐྱིན་པ་ཡོངས་སུ་  
གཏོང་བའི་སྐྱིན་པའི་ཕ་རོལ་དུ་སྐྱིན་པའི་གོ་ཆའོ། །ཞེས་སོགས་གོ་སྐབ་རྒྱས་པར་བཤད་  
པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོ་སྐབ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་བཙུན་མདོན་རྟོགས་རྒྱན་གྱི་ཆོག་  
ངོས་འདོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དག་སོ་སོར་སྐྱིན་ལ་སོགས། །ནམ་  
པ་དུག་དུ་བསྐྱས་པ་ཡིས། །གོ་ཆའི་སྐབ་པ་གང་ཡིན་ཏེ། །དུག་ཆན་དུག་གིས་ངི་བཞིན་  
བཤད། །ཅེས་སོགས་ཀྱི་ཤོ་ལོ་ཀ་གཅིག་པོ་འདི་ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་  
པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཆོན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གོ་སྐབ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཆོན་པ་  
ཆོས་ཅན། གོ་སྐབ་དུ་འདོག་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཕྱིན་དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་  
ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཆོན་པ་ཆོས་ཅན། གོ་སྐབ་དུ་འདོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཕྱིན་  
དུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཆོན་པ་གོ་སྐབ་དུ་འདོག་པའི་རྒྱ་མཚན་

གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་  
 གྱིས་ཟེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གོ་སྐྱབ་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་  
 ཡོད་དེ། སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 པའི་ཆ་ནས་དེ་ལྟར་བཞག་པའི་ཕྱིར། ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟེན་པའི་བྱང་  
 སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གོ་སྐྱབ་དུ་འཛོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། སེར་སྐྱ་ལ་  
 སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། གོ་སྐྱབ་དུ་འཛོག་པས་ཁྲབ་པར་  
 ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་  
 པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། གོ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། རྟོན་པ་  
 རྒྱུ་ཐུབ་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན། གོ་སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
**ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་།** དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། རྟོན་པ་རྒྱུ་ཐུབ་པའི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་རྣམ་མཁྱེན་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན་གོ་སྐྱབ་པ་ཡིན་དགོས་  
 པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་དགོས་པར་ཐལ། ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟེན་  
 པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་གོ་སྐྱབ་དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ལ་སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་  
 མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཆ་ནས་གོ་སྐྱབ་དུ་འཛོག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་གོ་སྐྱབ་  
 དུ་འཛོག་པའི་རྒྱ་མཚན་ཡོད་དེ། སེར་སྐྱ་ལ་སོགས་པའི་ཉོན་མོངས་པའི་མཆོན་གྱིས་མི་ཕྱིགས་པའི་  
 སྐྱབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་བཀོད་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་བཀོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བཀོད་  
 པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ནི་དྲུག་ཉམས་པའི་སྐྱོ་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་རྫོན་མེ་ལས། འོ་ན། ཕྱིན་དྲུག་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་གྱིས་ཟེན་པའི་བྱང་སེམས་ཀྱི་མཁྱེན་





བར་བསྐྱུས་ནས་ཉམས་སུ་ལེན་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་སེམས་དཔའི་ནལ་འབྱོར་ཡིན་དགོས་པར་  
བལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ལྟོན་པ་བྱུང་བུ་བའི་བྱགས་རྒྱུད་ཀྱི་ནམ་མཁུན་ཆོས་ཅན། གོ་  
སྐྱབ་མ་ཡིན་པར་བལ་ལོ། །

# ༄༅། བསམ་གཏན་དང་པོ་ལས་འདུག་ཐུབ་ སྒོར་གྱི་ཐལ་ཕྱིང་།

༄༅། ༡༥ བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་བསམ་གཏན་གྱི་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་  
 པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་  
 དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མི་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་  
 ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་གསུག་གི་རྣམ་བཞག་བཤད་  
 པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་བཤད་པའི་  
 སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྒྱ་སྟོམས་འདུག་གི་བསམ་གཏན་དང་པོ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་  
 འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་  
 བསམ་གཏན་གྱི་ས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཡུང་དོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཉེར་  
 བསྟོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་བཀའ་  
 ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་དེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ས་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས།  
 འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་སས་བསྐྱུས་  
 པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་  
 མེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཞི་གནས་འབའ་ཞིག་གིས་བསྐྱུས་པས་  
 བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
 བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཞི་གནས་འབའ་

ཞིག་གིས་བསྐྱུས་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། སྤངས་བྱ་ཅིག་ཅར་པའི་རྒྱན་ཞུགས་དེས་བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་མེད་ལ་བརྟེན་ནས་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤྲོང་བ་གང་  
 ཞིག་ཞི་ལྷག་བྱུང་འབྲེལ་མ་ཐོབ་པར་ཁམས་གསུམ་གྱི་ཉོན་མོངས་ཅིག་ཅར་དུ་སྤྲོང་མི་རྒྱས་པའི་ཕྱིར།  
 གཞན་ཡང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་མེད་དེ། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་ཞི་ལྷག་  
 བྱུང་འབྲེལ་མ་ཐོབ་པས་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མའི་ཞི་གནས་དང་། དེའི་ཉེར་  
 བསྡོགས་མཆོད་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་སྤྲོང་ནས་མི་འཛོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་  
 ཕྱིར། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་མེད་དེ། གང་གི་  
 སྤྲོང་ནས་འཛོག་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ནས་སྦྱོར་བ་མཐའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བར་ལ་འཛོག་པ་ཡིན་  
 ལགས། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་མེད་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 ཉེར་བསྡོགས་མོས་པ་ཡིད་བྱེད་ནས་སྦྱོར་བ་མཐའི་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་བར་ལ་འཛོག་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་**  
**ལགས།** འདྲོད་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དུ་གྱུར་པའི་  
 རབ་རྟུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། དམ་བཅའ་འཐད་པའི་ཕྱིར། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན།  
 སྤངས་བྱ་ཅིག་ཅར་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་  
 མེད་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་རབ་རྟུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་  
 ཕྱིར། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། སྤངས་བྱ་ཅིག་ཅར་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་མཐོང་  
 ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དུ་གྱུར་པའི་དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་ཕྱིར། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་  
 ན། སྤངས་བྱ་ཅིག་ཅར་པའི་རྒྱན་ཞུགས་ཞུགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མི་ཚུགས་  
 མེད་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་རང་གི་ངོ་སྤྲེལ་གྱི་འཛིག་རྟེན་པའི་སྒྲོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདྲོད་ཉོན་ཆེན་པས་  
 ཆེན་པོའི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
 གང་ཞིག་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་རབ་རྟུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **འདྲོད་ལགས།**  
 འདྲོད་ན། ཁྱོད་ཀྱི་ངོ་སྤྲེལ་གྱི་སྤངས་བྱ་ཡོད་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་ཕྱིར། **འོད་ལགས།** འདྲོད་ན།

འཁོར་གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། དེ་མཐོང་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། ཅ་བ་ནས་དེ་མི་  
འཐད་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མི་ཚུགས་མེད་ཡིན་ན། ལམ་ནི་རགས་ཀྱི་རྣམ་  
ཅན་མ་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་བྱེད་དུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་  
ན། ལམ་ནི་རགས་ཀྱི་རྣམ་ཅན་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར།

༡༥ བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་བཤད་པའི་ལྟ་བ་བཞིན་དུ་སྤྱིད་ཅེའི་བར་གྱི་ཉེར་  
བསྟོགས་ལྟག་མ་རྣམས་ལའང་དེ་ལྟར་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་  
རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུར་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
འདྲའི་གཞུང་དེའི་གཞུང་དོན་ཅི་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་བྱེད་སོགས་ཀྱི་རྣམ་གཞག་འི་ལྟར་བཤད་  
དུ་ཡོད་པ་དེ་བཞིན་དུ་སྤྱིད་ཅེའི་བར་གྱི་ཉེར་བསྟོགས་ཏེ་བསམ་གཟུགས་ལྟག་མ་ཐམས་ཅད་  
ཀྱི་ཉེར་བསྟོགས་རྣམས་ལའང་བཤད་དུ་ཡོད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་  
གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་ལ་ནི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་བཤད་  
དུ་ཡོད་པ་གང་ཞིག སྤྱིད་ཅེའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་ལ་དེ་ལྟར་  
བཤད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་  
མེད་ལྟག་མ་རྣམས་ཀྱི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིན་ན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་མ་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། འོ་ན། སྤྱིད་ཅེའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིན་ན། ཞི་རིགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ།  
འདོད་ལགས། འདོད་ན། སྤྱིད་ཅེའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན།  
ནི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གོང་ས་ལ་ནི་བ་  
དང་འོག་ས་ལ་རགས་པར་ལྟ་བའི་ཚོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་

གོང་ས་ལ་ཞི་བར་མི་ལྟ་བུ་གང་ཞིག་ འོག་ས་ལ་རགས་པར་མི་ལྟ་བུའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མི་  
 ལྟ་བར་ཐལ། སྲིད་ཅེ་འོ་གོང་ན་ས་གཞན་མེད་པ་གང་ཞིག་ དེས་སྲིད་ཅེ་ན་ཉོན་མོངས་མང་བ་དང་འདྲོད་  
 ཆགས་རྒྱས་པ་སོགས་སུ་མི་ལྟ་བུའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཞི་རགས་  
 སུ་ལྟ་བུའི་སློ་ཡིན་ན། སྲིད་ཀྱི་གོང་ན་ས་གཞན་ཡོད་དགོས་པ་གང་ཞིག་ རང་ས་ཉོན་མོངས་མང་བ་  
 སོགས་ཀྱིས་རགས་པར་མཐོང་བས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་སུ་ཕྱི་གཉིས་ཀ་མ་གྲུབ། འོ་ན། སྲིད་  
 ཅེ་འོ་ཉེར་བསྡོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། རང་  
 ས་སྲིད་ཅེ་ལ་ཞི་བར་བལྟས་ནས་འོག་ས་ལ་རགས་པར་ལྟ་བུའི་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 དེ་ཆོས་ཅན། འོག་ས་གཟུགས་ཁམས་ལ་རགས་པར་ལྟ་བུའི་སློ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་པའི་ཕྱིར། འདྲོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འོག་ས་གཟུགས་ཁམས་ལ་ལྟ་བུའི་སློ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་སློ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཟུགས་མེད་ཁམས་ཀྱི་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཁམས་ན་ལུས་དྲན་པ་ཉེར་བཞག་མེད་པའི་སྐབས་བྱེད་དེ། སྐབས་བྱེད་ཡང་དག་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་ལ་ལྟ་བུའི་སློ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གཟུགས་ཁམས་ལ་རགས་པར་ལྟ་བུའི་སློ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདྲོད་ལགས། འདྲོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲོད་  
 ལགས། འདྲོད་ན། ཆར། འདྲོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། དེ་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉེར་བསྡོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཉེར་བསྡོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་  
 བྱེད་སོགས་དུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་  
 སོགས་དུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།

དེ་ཁྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྱབ་པ་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྟེ་དཔལ་  
བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་  
མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆོན་ཉིད་སོ་  
སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་དྲུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པའི་  
ཕྱིར་དང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
བསྟོགས་མཆོན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་དྲུག་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་  
ཅན་ཡིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། རྒྱན་ལུགས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱིས་  
བསྟུས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆོན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། ཞི་  
རགས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། འཕགས་རྒྱུད་ལ་ཞི་རགས་ཀྱི་རྣམ་  
པ་ཅན་གྱི་ལམ་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་འདོད་མི་རིགས་པར་ཐལ། འཕགས་པས་ཁམས་  
གོང་འོག་ལ་བྱད་པར་མེད་པར་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་རང་བཞིན་དུ་གཟིགས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ དེ་ནི་རྒྱུད་དུ་འཛིག་པའི་ཉིང་འཛིན་སོགས་དགུ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་ནས་  
བསྟན་པ་ཡིན་ལ། ཞི་གནས་ཡིན་ན་ཤིན་སྤངས་ཀྱིས་ཟིན་པས་ཁྱབ་པའི་ཕྱིར་ཉེ། ཞེས་པའི་གཞུང་  
དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་  
ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་གཅིག་ཡོད་ལགས།  
དེ་མེད་པར་ཐལ། གཅིག་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་  
དང་པོའི་དངོས་གཞི་བཤད་པ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གཞུང་དེའི་དོན་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཀུན་བདུས་ལས་རྒྱན་དུ་འཛིག་པའི་ཉིང་

དེ་འཛིན་སྒྲིབ་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་དགུ་ཞི་གནས་སུ་བསྟན་པ་ལྟར་སྒྲིབ་ཡང་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་  
 དག་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་མིང་གིས་བསྟན་པ་ལས་ཞི་གནས་སུ་བསྟན་པ་མིན་ཏེ། ཞི་གནས་ཡིན་  
 ན་ཤིན་མུངས་ཀྱིས་ཟེན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས། གཞུང་དོན་དེ་ལྟར་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཞི་གནས་ཡིན་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱིས་ཟེན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། ཞི་གནས་ཡིན་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱིས་ཟེན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་བྱུང་  
 པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཡིན་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟེན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ།  
 འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་བྱུང་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཞི་གནས་དེ་ཆོས་  
 ཅན། ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟེན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཟེན་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་  
 དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་བྱུང་པར་ཅན་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ན་ཆོར་བ་བདེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 དེ་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བ་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། དེ་འབྲེལ་ཞི་གནས་དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བས་མ་ཟེན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཟེན་པར་ཐལ། དེ་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱི་  
 བདེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་མཛོད་ཀྱིས་  
 རབ་འབྱམས་སྒྲིབ་པ་པཎ་ཆེན་པོས་དཀའ་སྒྲུབ་པ་དཔལ་ཅན་དཔྱད་མཆོག་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་  
 པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇུག་པའི་མཐའ་དཔྱད་  
 ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ཁ་ཅིག་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བས་ཟེན་པའི་སྟོན་ས་རང་གི་དམིགས་  
 པ་ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་དུ་འཇུག་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན། ཞི་གནས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་བྱུང་པར་ཅན་དུ་གྱུར་པའི་ཞི་གནས་དེ། ཤིན་མུངས་  
 ཀྱི་བདེ་བས་མ་ཟེན་པའི་ཕྱིར། དེར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འཇུག་བྱུང་  
 པར་ཅན་ན་ཆོར་བ་བདེ་བ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན།  
 དེ་ན་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བ་མེད་ན་དེ་ཤིན་མུངས་ཀྱི་བདེ་བས་མ་ཟེན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འོ་ན། གཞི་དེ་ཆོས་དེས་ཟེན་པ་ལ་གཞི་དེ་གང་དུ་ཡོད་ན་ཆོས་དེ་ཡོད་དགོས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་  
 གྱིས་ཟིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཟིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་དེ་ལམ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྩབ་པ་མ་བྱུང་། རྩབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ལམ་  
 ཤེས་ཡིན་ན་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་ཟིན་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྩབ་པར་  
 ཐལ། ལམ་ཤེས་ཡིན་ན། གྲོགས་ཐབས་ཤེས་ཀྱང་པར་ཅན་གཉིས་གྱིས་ཟིན་པའི་ཐེག་ཆེན་འཕགས་  
 པའི་མངོན་རྟོགས་ཡིན་པས་རྩབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་རྩབ་པར་ཐལ། དེ་ལམ་ཤེས་ཀྱི་  
 མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་  
 ཅན། ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་ཟིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་པའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེའི་རྒྱུད་  
 ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་མཉམ་བཞག་ལ་  
 གནས་པའི་སློབ་པ་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་  
 བསྐྱེད་མེད་པར་ཐལ། མེད་པ་འདོད་ལགས། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་  
 མེད་ལམ་དེ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་གྱིས་མ་ཟིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཟིན་པར་ཐལ། དེའི་  
 རྒྱུད་ལ་ཐེག་ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༧༥ བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དང་མཚུངས་  
 རྒྱུ་གྱི་ཞི་གནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མེ་སྟོགས་མེད་བསམ་གཏན་  
 གྱི་ས་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་  
 དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་གི་གཞུང་ཆོག་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 ཆོག་དེའི་རྟགས་སྤྱི་གཉིས་རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རང་ལུགས་ཀྱི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོག་དེའི་རྟགས་སྤྱི་གཉིས་རང་ལུགས་



གྱི་འདྲིང་པ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་སྐྱིད་པ་ཞིན་དུ་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 སྐྱིད་པ་ཞིན་པར་ཁས་ལེན་མི་རིགས་པར་བཤམ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་  
 སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་པའི་ཞི་གནས་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་  
 རྟོ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། བྱིད་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཞི་གནས་མེད་པར་བཤམ། བྱིད་ཐོས་བསམ་ཅི་རིགས་པའི་སྟོ་གང་ཞིག་མཉམ་བཞག་  
 གི་སྐྱེས་བསྐྱེས་ཀྱང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། ཉགས་དང་པོ་གྲུབ་པ་  
 གང་ཞིག་ བྱི་མ་ཡང་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཉིས་ཀ་གྲུབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཆོས་ཅན། བྱིད་ཐོས་བསམ་ཅི་རིགས་པའི་སྟོ་མ་ཡིན་པར་  
 བཤམ། འདྲིང་པའི་ཕྱིར། འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་  
 ཉིད་སོར་རིག་ཆོས་ཅན། བྱིད་ཐོས་བསམ་གང་རུང་གི་སྟོ་ཡིན་པར་བཤམ། བྱིད་སྒྲོམ་བྱུང་དུ་མ་འཕྲིས་  
 པའི་ཐོས་བསམ་གང་རུང་གི་སྟོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལམ་རིམ་ཆེན་མོ་ལས། ས་གོང་འོག་ལ་སྟོན་ཡོན་སོ་སོར་འབྱེད་པའི་  
 མཆན་ཉིད་རབ་དུ་རིག་པ་ནི་རེས་འགའ་ཐོས་པ་དང་རེས་འགའ་བསམ་བྱུང་དུ་འགྱུར་བས་ཐོས་བསམ་  
 འདྲེས་མའོ། དེ་ལྟར་གོ་མས་པའི་ཐོས་བསམ་ལས་འདས་ནས་སྒྲོམ་པས་ནམ་པས་མཐའ་གཅིག་དུ་ཞི་  
 རགས་གྱི་དོན་དེ་ལ་མོས་པར་བྱེད་པ་ནི་མོས་པ་ལས་བྱུང་པའི་ཡིད་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 བྱིད་པ་མ་གྲུབ། དེ་ནི་ཞི་རགས་སྒྲོམ་བྱུང་མ་ཐོབ་ཅིང་ཐོས་བསམ་གཙོ་ཆེ་བར་དགོངས་  
 རྟེན་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ཡིན་ལགས། གཞན་ཡང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་  
 ཉིད་སོར་རིག་ཆོས་ཅན། བྱིད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཞི་གནས་མེད་པར་བཤམ། གོང་འོག་གི་ཞི་རགས་  
 ལ་སྒྲོམ་བྱུང་མ་ཐོབ་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱིད་པ་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཞི་གནས་དང་  
 མཚུངས་ལྡན་གྱི་སྟོ་ཡིན་ན། སྒྲོམ་བྱུང་ཡིན་པས་མ་བྱིད་པར་བཤམ། འདྲིང་པའི་ཕྱིར། བྱིད་པ་མ་  
 གྲུབ། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཆོས་ཅན། སྒྲོམ་

བྱུང་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཚོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། བྱིད་དང་མཚུངས་  
 ལྡན་གྱི་ཞི་གནས་མེད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འདོད་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
 བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཞི་གནས་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 པའི་གཞུང་ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། སྐྱི་ཇི་བཞིན་དུ་ཁས་ལེན་མི་རུང་བར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། ཅ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་བསྟན་དོན་ཆད་མས་མ་  
 གྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་བསྟན་དོན་མ་གྲུབ་པར་  
 ཐལ། རང་གི་བསྟན་དོན་འཛིག་གྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྒྲོ་མ་བྱུང་གི་མཚན་  
 ཉིད་སོར་རིག་དུ་གྱུར་པའི་གཙོ་སྐྱེམས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཞི་གནས་ཡོད་ཅིས་པའི་དོན་  
 ཡིན་ལགས། གཞན་ཡང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཆོས་  
 ཅན། མཉམ་བཞག་གི་སས་བསྟུས་ཡིན་པར་ཐལ། ཅ་རྟགས་ཕྱི་མ་མ་གྲུབ་པ་བྱེད་ཀྱིས་འདོད་པའི་  
 ཕྱིར། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་  
 པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། མཉམ་བཞག་གི་སས་བསྟུས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་སས་བསྟུས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཆོས་  
 ཅན། འདོད་པས་སས་བསྟུས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་ཇི་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་ཕྱེང་  
 ལས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་བྱེད་དང་པོ་འདི་འདོད་པ་ཡིན་གྱི་གོང་མའི་སར་མི་  
 གཏོགས་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། མཉམ་བཞག་གི་སས་  
 བསྟུས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ལུང་དོན་འཐད་པའི་ཕྱིར། འཐད་པའི་ཕྱིར། འཐད་ན། ཆར། འོ་ན།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཚན་ཉིད་སོར་རིག་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་གྱི་ས་བ་མ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་

བསྒྲིགས་མཆན་ཉིད་སྟོང་རིག་ཆོས་ཅན། འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་པར་བལ། ཁམས་གོང་གི་  
 སས་བསྐྱུས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྒྲིགས་མཆན་ཉིད་སྟོང་  
 སྟོང་རིག་པ་ཆོས་ཅན། ཁམས་གོང་གི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་པར་བལ། ཞི་གནས་སེམས་རྟེན་དུ་བྱས་ནས་  
 རྩོབ་པའི་ཉེར་བསྒྲིགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྒྲིགས་མཆན་  
 ཉིད་སྟོང་རིག་ཆོས་ཅན། ཞི་གནས་སེམས་རྟེན་དུ་བྱས་ནས་རྩོབ་པའི་ཉེར་བསྒྲིགས་ཡིན་པར་བལ། དེ་  
 ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་རྒྱལ་པོའི་རྒྱལ་ཆ་བཟང་མ་རིན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།**  
 དེ་ཡིན་པར་བལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་རྣམ་བཤད་སྟོང་པོའི་རྒྱན་ལས། ཞི་གནས་མཆན་ཉིད་པ་  
 གྲུབ་པ་ཡིན་ལ། དེའི་རྗེས་སུ་འདོད་པའི་ཉོན་མོངས་སྟོང་པོའི་ཆེད་དུ་མཆན་ཉིད་སྟོང་རིག་པ་ཡིད་  
 བྱེད་སྟོགས་བསྒྲིམ་པ་ཡིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** གསུངས་ན། ཆར།

५१ འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་དེ་རི་ལྗང་བཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
 བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་ཆིག་དེ་འཕྲོས་སའི་གཞུང་ངོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆིག་དེ་འཕྲོས་སའི་གཞུང་ཆོན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། འདུག་སྐྱབ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། གཞུང་ཆིག་དེ་འཕྲོས་སའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་དེ་རི་ལྗང་བཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆིག་གི་སྐབས་  
 རྟགས་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་གིང་རང་གི་ཐོབ་བྱུར་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་དངོས་  
 གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་དགེ་  
 བའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ལ་དབྱེ་བ་དུ་  
 ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་ལ་

བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་བ་དང་། དེའི་ཉེར་བསྡོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་སོགས་དྲུག་  
 པོ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ངོས་འཛིན་ཀྱི་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ལས་  
 དང་པོ་བ་ཆོས་ཅན། འཁོར་གསུམ། དེ་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་  
 སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ། ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། དེའི་སྡོན་དུ་བསམ་གཏན་ཀྱི་ཉེར་བསྡོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མེད་པར་  
 ཐལ། དེའི་སྡོན་དུ་ཞི་གནས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མེད་པ་གང་ཞིག་  
 རྟག་མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མེད་པའི་ཕྱིར། དེའི་སྡོན་དུ་ཞི་  
 གནས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་  
 པ་དེ་ཉན་སའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལས་ཡང་དེ་ལ་  
 འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བར་བྱ་བའི་ཕྱིར། རབ་དུ་བརྩོན་པའི་ནལ་འབྱོར་པ་ནི་ཡིད་ལ་བྱེད་  
 པ་ནམ་པ་བདུན་གྱིས་འདོད་པའི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བ་རྗེས་སུ་ཐོབ་པོ། བདུན་པོ་དེ་དག་ཀྱང་གང་  
 ཞེ་ན། སྤྲུལ་པ། མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་དང་། མོས་པ་ལས་བྱུང་བ་དང་། རབ་དུ་དཔེན་པ་དང་།  
 དགའ་བ་སྐྱུད་པ་དང་། དཔྱུད་པ་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དང་། སྦྱོར་བ་མཐར་ཐུག་པ་དང་། སྦྱོར་བ་མཐར་  
 ཐུག་པའི་འབྲས་བུ་ཡིད་ལ་བྱེད་པའོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱེད་པར་  
 ཐལ། ཉན་ས་དེ་ལས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ལས་གཞན་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
 བསྡོགས་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་བ་ཞེས་པ་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མར་མིང་ཙམ་ཡང་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 བྱེད་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱེད་པར་ཐལ། མ་བྱེད་པའི་ཀྱུ་མཆན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་  
 གྲུབ། ཉན་ས་ལས། མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
 བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ཞེས་པ་དེ་སྦྱོར་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་  
 ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་མ་ཡིན་པར་རྟག་མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་

ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཆན་ཉིད་སྔོ་སྔོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ་ལྷག་  
མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། ལྷག་མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ན། དེས་བསྐྱུས་པའི་མཆན་ཉིད་  
སྔོ་སྔོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ། ལྷག་  
མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡིན་ཞིང་མཆན་ཉིད་སྔོ་སྔོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཡོད་པའི་  
ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་  
ལས་དང་པོ་བ་དང་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་དོ་བོར་གྱུར་པའི་ལྷག་  
མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་སྒྲོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་གནས་སྐབས་སུ་  
ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་བདག་མེད་ཉོན་ལྷན་པའི་ཤེས་རབ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། བྱེད་པ་མ་གྲུབ་ཀྱི་འཁོར་  
གསུམ། བྱེད་པར་ཐལ། བྱེད་པས་མ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་སྐབས་བསྐྱུས་ཤིང་ལྷག་མཐོང་  
གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡང་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པ་ཡོད་ན། མཆན་ཉིད་སྔོ་སྔོར་  
རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཀྱི་དོ་བོར་གྱུར་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཐོག་མ་ཡོད་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ།  
དེ་དགོས་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོན་ཡིད་ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་བའི་གནས་སྐབས་  
ཀྱི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཡིན། ལྷག་མཐོང་གི་རྒྱར་གྱུར་པའི་ཉེར་བསྟོན་གསུམ་གྱི་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་  
པ་ལ་མཆན་ཉིད་སྔོ་སྔོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་མ་ཡིན་པ་མེད་པའི་ཕྱིར། །

༥༥ མ་བྱེད་ལྟེ། དེ་ནི་རྒྱན་དུ་འཛོག་པའི་ཉིང་དེ་འཛོན་སྔོགས་དགུ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་མིང་གིས་  
བཏགས་ནས་བརྟན་པ་ཡིན་ལ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། དེ་  
འདྲའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཚིག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། སྒྲི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། མ་བྱེད་ལྟེ། དེ་ནི་རྒྱན་དུ་འཛོག་པའི་ཉིང་དེ་འཛོན་སྔོགས་དགུ་ལ་ཞི་གནས་ཀྱི་མིང་གིས་བཏགས་  
ནས་བརྟན་པ་ཡིན་ལགས། ཞེས་པའི་མ་བྱེད་པའི་ལན་འདེབས་ཡུལ་གྱི་ཉན་སྐྱེས་བསལ་གཉིས་པོ་དོས་  
བཟུང་ནས་མ་བྱེད་པའི་ལན་འདེབས་རྒྱལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉན་སྐྱེས་མ་གྲུབ། ཁ་ཅིག་རྒྱན་

དུ་འཛིན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་དགུ་པོ་དེ་ཞི་གནས་ཡིན་ཏེ། ཀུན་བདུས་ལས། ཞི་  
 གནས་གང་ཞེ་ན། འདི་ལྷ་སྒྲེ། ནང་ཉིད་ལ་སེམས་འཛིན་པ་དང་། རྒྱན་དུ་འཛིན་པ་  
 དང་། གླུ་ཉི་འཛིན་པ་དང་། ཉེ་བར་འཛིན་པ་དང་། དུལ་བར་བྱེད་པ་དང་། ཞི་བར་  
 བྱེད་པ་དང་། རྣམ་པར་ཞི་བར་བྱེད་པ་དང་། ཅེ་གཅིག་དུ་བྱེད་པ་དང་། མཉམ་པར་འཛིན་  
 པའོ། ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་ཐལ་འགྱུར་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། རྒྱན་དུ་འཛིན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་དགུ་པོ་ཞི་གནས་མ་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྒྱན་དུ་འཛིན་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་དགུ་པོ་ཞི་གནས་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། ཞི་གནས་ཡིན་ན། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་དགོས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། རྒྱན་དུ་འཛིན་  
 པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་སོགས་དགུ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། ཞི་གནས་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འདོད་ན། དེ་འདྲའི་ཉིང་དེ་འཛིན་དགུ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན། རང་འཁོར་དུ་ལྷན་པའི་གཙོ་  
 སེམས་དེ། དགེ་སེམས་མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དགེ་སེམས་  
 ཡིན་ན། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་པས་ཁྲབ་པ་གང་ཞིག་ཉིང་དེ་འཛིན་དགུ་པོ་གང་རུང་ཡིན་ན་ཞི་གནས་  
 མ་ཡིན་པས་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་མ་ཁས། རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ། འོ་ན། དགེ་སེམས་ཡིན་  
 ན། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་པས་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། མ་ཁྲབ་པའི་  
 རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདོད་སེམས་དགུ་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་འཁོར་  
 དུ་ལྷན་པའི་གཙོ་སེམས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་པར་ཐལ། དགེ་སེམས་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ཁྲབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲབ་པ་དེ་ཡང་མཁས་མཆོག་དབྱིག་  
 ཀའི་ཉི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་  
 མངོད་ཅ་ལས། དད་དང་བག་ཡིད་ཀྱི་སྒྲུངས། །བཏང་སྟོམས་རྣམ་པར་མི་འཆོ་བ། །བཙོན་འགྲུས་  
 རྟག་དུ་དགེ་ལ་འབྱུང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ནི་དགེ་བ་བཙུ་གཅིག་  
 གི་ནང་ཆོན་དུ་གྱུར་པའི་བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་པ་ལ་དགོངས་པ་ལས་སྦྱིར་དགེ་སེམས་ཡིན་  
 ན། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་བློན་པས་ཁྲབ་པ་བསྟན་པ་མ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། འདོད་སེམས་དགུ་

པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་གྱི་འཁོར་དུ་ལྷན་པའི་གཙོ་སེམས་ཆོས་ཅན། བེན་སྦྱངས་ཀྱིས་མ་བློན་པར་ཐལ།  
 འདྲི་ལགས། དེ་འདྲི་གཙོ་སེམས་ཆོས་ཅན། བེན་སྦྱངས་ཀྱིས་བློན་པར་ཐལ། བེན་སྦྱངས་གང་  
 ཡང་རུང་བས་བློན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲི་གཙོ་སེམས་ཆོས་ཅན། བེན་སྦྱངས་གང་  
 ཡང་རུང་བ་ཞིག་གིས་བློན་པར་ཐལ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་ལས་རུང་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་  
 ཞིག་གིས་བློན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་ལས་  
 རུང་དུ་བྱེད་པའི་སེམས་བྱུང་དེ། བེན་སྦྱངས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་  
 བེན་སྦྱངས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་མེད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་མེད་པར་ཐལ། འཛིན་ཀྱི་མེད་པའི་  
 ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་དགེ་བ་ལ་ཅི་འདྲི་དུ་བཀོལ་  
 དུ་རུང་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་སེམས་བྱུང་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། བེན་སྦྱངས་  
 ཀྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འོ་ན། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་སེམས་དགེ་བ་ལ་ཅི་  
 འདྲི་དུ་བཀོལ་དུ་རུང་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་སེམས་བྱུང་གིས་བློན་ན། བེན་སྦྱངས་ཀྱིས་  
 བློན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། འདྲི་སེམས་དགུ་པའི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆོས་  
 ཅན། བེན་སྦྱངས་ཀྱིས་བློན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བློན་པར་ཐལ། རང་སྟོབས་ཀྱིས་ལུས་  
 སེམས་དགེ་བ་ལ་ཅི་འདྲི་དུ་བཀོལ་དུ་རུང་བར་བྱེད་པའི་ཆ་ནས་བཞག་པའི་སེམས་བྱུང་གིས་བློན་པའི་  
 ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། དེ་འདྲི་སེམས་བྱུང་གིས་བློན་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཞི་གནས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདྲི་  
 ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་འདྲི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཞི་གནས་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་  
 པ་དེ་ཡང་བཅའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་  
 འོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། ལྷན་དུ་འཛིན་པ་སོགས་སེམས་གནས་ཐབས་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་བརྒྱུད་པོ་  
 གང་རུང་ཡིན་ན། བེན་སྦྱངས་ཀྱིས་བློན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།  
 དེ་འདྲི་གསུང་དེ་སྤྱི་ཐུན་པ་ཡིན་ཡང་། དེ་འདྲི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ། ཞི་གནས་ཡིན་

པའི་ཤེས་བྱེད་དུ་མི་འགྲོ་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་ཤེས་བྱེད་དུ་འགྲོ་བར་ཐལ། ཉིང་རེ་འཛིན་  
བརྒྱད་པོ་ཞེས་སེམས་གནས་དགུ་པ་མ་སྒྲོས་པ་ལ་རྒྱ་མཚན་ཡོད་པའི་སྤྱིར་རོ། །

ལ། རྒྱན་མཐའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་བསྐྱུས་པའི་ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་མཚམས་མཁྱེན་  
པར་མཛོད་ཅིག ཅེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་  
གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་  
རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་བསམ་གཟུགས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་བརྒྱུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་བསམ་གཟུགས་ནས་ཡིན་ཚུལ་མེད་  
པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཞི་གནས་ཡིན་ན་འཛིན་སྒྲོ་མ་ཡིན་པས་བྱལ་བ་དང་། ལྷག་  
མཐོང་ཡིན་ན་དཔུང་སྒྲོ་མ་ཡིན་པས་བྱལ་བར་སྒྲོན་ནི། ཐེག་པ་ཆེན་པོའི་མཐོང་ལམ་བར་  
ཆད་མེད་ལམ་དང་། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྒྲ་སྤྱི་དེ་དག་  
བསམ་གཟུགས་ནས་འཕྲོས་པའི་སྤྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་  
ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་དུ་འཛིན་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་དེ། ཞི་གནས་དང་། ཞི་གནས་ཀྱི་  
རང་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་དཔུང་བ་བྱས་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་དྲངས་པའི་བེན་སྒྲུངས་ཀྱིས་ཟིན་  
པའི་སྒྲོ་ནས་རང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་དཔྱེད་པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དེ། ལྷག་མཐོང་ཡིན་ལགས།  
འོ་ན། ཞི་ལྷག་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་དེ་ལྷར་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་  
གནས་ཡིན་ན་ཉིང་རེ་འཛིན་ཡིན་པས་བྱལ་བ་དང་། ལྷག་མཐོང་ཡིན་ན། ཤེས་རབ་ཡིན་པས་བྱལ་བ་  
གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། བྱལ་བ་གཉིས་པོ་རེ་རེ་ནས་མེད་པར་ཐལ། ཉིང་  
རེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གཉིས་ཀྱི་བྱེད་པར་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་སྤྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐུན་མོང་  
མ་ཡིན་པ་དམིགས་པ་གཅིག་དུ་རྒྱན་ལྷན་དུ་ཅེ་གཅིག་པར་གནས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་སེམས་  
བྱུང་ཡིན་ན། ཉིང་རེ་འཛིན་ཡིན་དགོས། ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དྲན་པའི་བརྒྱུད་པའི་ཡུལ་  
ལ་བྱེད་པར་རམ་སྒྲོན་ཡོན་བརྟག་སྟེ་རབ་དུ་ནམ་པར་འབྱེད་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་གྱི་སེམས་



བྱུང་ཡིན་ན། བེས་རབ་ཡིན་དགོས་པའི་བྱུང་པར་དེ་ལྟར་ཡིན་ལགས། འོ་ན། བེན་སྐྱུངས་  
 གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུག་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་ན། ཞི་  
 གནས་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བེན་སྐྱུངས་གྱིས་  
 ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུག་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་ན། ཞི་གནས་  
 ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཡིན་ན། ཉིང་དེ་  
 འཛིན་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་འབད་མེད་  
 ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུག་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 འཁོར་གསུམ། དེ་མི་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མི་དགོས་པ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་  
 དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་གྱིས་མཇོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་  
 ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུག་པའི་སེམས་བྱུང་། ཞི་གནས་ཀྱི་མཆོན་ཉིད་  
 ཟེར་བ་མི་འཐད་དེ། ཞི་གནས་ཡིན་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་དགོས་པ་གང་ཞིག མཆོན་ཉིད་དེ་ཡིན་  
 ན། ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་མི་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་ཕྱིར།** འོ་  
 ན། བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་པའི་སྒོ་ནས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་འདུག་པའི་སེམས་  
 བྱུང་ཡིན་ན། ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་མི་དགོས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། གཞན་  
 ཡང་། རང་གི་དམིགས་པ་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་བེས་རབ་ཡིན་ན། ལྷག་མཐོང་ཡིན་པས་བྱུང་  
 པར་ཐལ། **བྱུང་པ་འདོད་ལགས།** འདོད་ན། རང་གི་དམིགས་པ་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་བེས་  
 རབ་ཡིན་ན། ལྷག་མཐོང་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། ལྷག་མཐོང་ཡིན་ན་བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་དགོས་  
 པ་གང་ཞིག རང་གི་དམིགས་པ་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་བེས་རབ་ཡིན་ན། བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་  
 པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་ཕྱི་མ་གྲུབ།** འོ་ན། རང་གི་དམིགས་པ་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་བྱེད་ཀྱི་  
 བེས་རབ་ཡིན་ན། བེན་སྐྱུངས་གྱིས་ཟེན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། བེན་  
 སྐྱུངས་མ་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་པའི་བེས་རབ་ཆོས་ཅན། ལྷག་

མཐོང་ཡིན་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་  
བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱོད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས།  
ཤིན་སྒྲུངས་མཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་སོ་སོར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་རབ་རྣམས་མཐོང་མ་ཡིན་  
པའི་ཕྱིར། དེར་བཤམ། དེ་ཤིན་སྒྲུངས་ཀྱིས་མ་ཟིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཤིན་སྒྲུངས་མཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་བདག་མེད་ལ་སོ་སོར་དཔྱོད་པའི་ཤེས་  
རབ་ཆོས་ཅན། ལྷག་མཐོང་མ་ཡིན་པར་བཤམ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།

༡༥ གཉིས་པ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སྟོམས་འདུག་བཤད་པ་ནི། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་  
ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་བཤམ། གཞུང་ཆོག་དེ་གཞུང་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་བཤམ། ཆོག་དེ་གཞུང་ཆོན་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། འདུག་སྒྲུབ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། མ་ཡིན་པར་བཤམ། གཞུང་  
ཆོག་དེ་འཕྲོས་སའི་བད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཟུགས་  
མེད་ཀྱི་སྟོམས་འདུག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། གོང་  
གི་གཞུང་ཆོག་གི་སྐབས་ནས་དངོས་སུ་བརྟན་པའི་གཟུགས་མེད་སྟོམས་འདུག་གི་མཆན་ཉིད་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དམིགས་པའི་སྟོན་ནས་རང་གི་འོག་ས་ལས་འདས་པའི་  
གཟུགས་མེད་ཀྱི་སས་བསྐྱུས་ཀྱི་དགེ་བའི་རིག་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། དེ་ལ་དབྱེ་  
ན་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་  
སྟོམས་འདུག་ནས། སྤིད་ཅེའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་གི་བར་བཞི་ཡོད་ལགས། དེ་  
མ་ཡིན་པར་བཤམ། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་གི་མཆན་ཉིད་ངོས་འཛིན་  
རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་རབ་  
དུ་ཕྱེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་བཤམ། ནམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་དངོས་

གཞིའི་སྒྲོམས་འདུག་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་བཞི་པ་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་རབ་དུ་སྤྱེ་བའི་རིགས་  
 སུ་གནས་པ་ཡིན་པས་མ་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། རྟམ་མཁའ་མཐའ་  
 ཡས་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སྒྲོམས་འདུག་ཡིན་ན། རང་ཉིད་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་  
 བོ་དེ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྤངས་ཏེ་རང་གི་འོག་ས་ལས་འདས་པས་མ་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 དེ་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། གཟུགས་མེད་བཞིའི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ལ་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་འོག་ས་  
 ལས་འདས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པས་མ་ཁྱབ་པ་གང་ཞིག དེ་ས་ན་རྟམ་མཁའ་མཐའ་ཡས་ཀྱི་དངོས་གཞི་  
 ཐོབ་པ་ལ་འང་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པས་མ་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། **མ་ཁྱབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་  
 ཁྱབ་པར་ཐལ། གཟུགས་མེད་བཞིའི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ལ་དེ་ཐོབ་བྱེད་ཀྱི་གཉིན་པོ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་  
 ཉིད་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་གོགས་ཀྱི་གཙོ་བོ་སྤངས་པ་ལ་སྒྲོས་པས་མ་ཁྱབ་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། འོ་ན། གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན་དམིགས་  
 པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་འོག་ས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བས་ཁྱབ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་  
 རྟོག་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་ཁ་མའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་གཟུགས་མེད་  
 ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོད་བྱེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་སྤང་བ་ལ་བརྟེན་བཞིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། དེ་མ་ཁྱབ་པར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་  
 གཞི་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡང་ཡིན་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་  
 གཙོད་བྱེད་ཀྱི་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བའི་སྒྲོ་ནས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པའི་གཞི་མཐུན་པར་གྱུར་པའི་གང་  
 ཟག་ཡོད་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་  
 གང་ཟག་ཡང་ཡིན་དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་འོག་ས་ལས་འདས་པའི་གང་ཟག་མ་ཡིན་པའི་མི་སྒྲོབ་  
 ལམ་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དམིགས་པའི་སྒྲོ་ནས་རང་གི་འོག་ས་  
 ལས་མ་འདས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པའི་ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་ཡོད་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤང་བྱ་ཅིག་ཅར་པའི་ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་ཉན་ཐོས་དབང་བཅོམ་པ་དེ་ས་དམིགས་པའི་སྒྲོ་

ནས་ཐོབ་པ་མ་ཡིན་པར་དེ་ཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་འཕྲུལ་པ་བཏང་བ་ཙམ་གྱི་ཐོབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འདྲའི་གང་ཟག་དེ་དག་བཅོམ་པའི་གོ་འཕང་གསར་དུ་ཐོབ་པ་དེའི་  
 ཆོ་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་ཀྱང་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་མ་ཐོབ་པའི་  
 གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཡིན་པའི་ཕྱིར།** དེས་ན་དེ་འདྲའི་དག་བཅོམ་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་དངོས་  
 གཞི་ཐོབ་ཆེད་དུ་དམིགས་པའི་སྣོན་ས་རང་གི་འོག་ས་བསམ་གཏན་བཞི་པ་སོགས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་  
 བྲལ་བར་བྱེད་མི་དགོས་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འོ་ན། དེ་འདྲའི་དག་བཅོམ་པའི་གཟུགས་མེད་  
 ཀྱི་དངོས་གཞི་ཐོབ་པ་ལ་དེ་འཐོབ་པར་བྱའོ་སྒྲུལ་པའི་འཕྲུལ་པར་བཏང་བ་ཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་ཐོབ་པ་ཡིན་  
 པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར། དེས་ན་དེ་འདྲའི་དག་བཅོམ་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་གཟུགས་  
 མེད་ཀྱི་དངོས་གཞི་དེ་དམིགས་པའི་སྣོན་ས་རང་གི་འོག་ས་ལས་འདས་པའི་གཟུགས་མེད་ཀྱི་སས་བརྟུས་  
 ཀྱི་དགེ་བའི་རིག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདོད་ལགས།** འདོད་ན། ཆར།

༥༥ རྣམ་མཐོང་ཐོབ་ན་ཞི་རྣམ་ཟུང་འབྲེལ་ཐོབ་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་  
 གྲུབ་པའི་ཕྱིར། **མ་གྲུབ་པ་ནགས་མ་གྲུབ།** གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་ཆོག་དེ་གཞུང་  
 གང་ནས་ཡིན་པའི་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་ནགས་མ་གྲུབ།** གྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་  
 པའི་སྣོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཐོང་ཐོབ་ན་ཞི་རྣམ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་  
 ཉིང་དེ་འཛིན་ཐོབ་པས་བྱུང་བ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་ནགས་མ་གྲུབ།** འོ་  
 ན། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་བའི་ཤེས་རབ་  
 ཆོས་ཅན། རྣམ་མཐོང་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** རྣམ་མཐོང་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་  
 ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཞི་རྣམ་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ནགས་**  
**མ་གྲུབ།** ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཆོས་ཅན། ཞི་རྣམ་ཟུང་  
 འབྲེལ་གྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། རྣམ་མཐོང་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། **ནགས་མ་གྲུབ།** ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་དེ་ཆོས་  
 ཅན། རྣམ་མཐོང་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཉིང་དེ་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་རྣམ་མཐོང་

ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་  
 རྟག་མཐོང་ཡོད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་བའི་ཤེས་རབ་དེ་རྟག་  
 མཐོང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་  
 དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་བའི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། རྟག་མཐོང་ཡིན་པར་ཐལ། རྟག་མཐོང་གི་མཆན་  
 ཉིད་དང་ལྡན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ལྡན་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཀྱི་ངང་ནས་རང་གི་དམིགས་  
 པ་ལ་དཔྱད་པ་བྱས་སྟོབས་ཀྱིས་དངས་པའི་ཤིན་ཏུ་དངས་ཀྱིས་ཟེན་པའི་སྟོན་སྲས་རང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་དཔྱད་  
 པར་བྱེད་པའི་ཤེས་རབ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་བའི་ཤེས་རབ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་རྟག་  
 མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་བྱུང་། འོ་ན། དེའི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 གྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཆོས་ཅན། རྟག་མཐོང་གིས་བསྐྱུས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེའི་  
 རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། རྟག་མཐོང་གིས་མ་བསྐྱུས་པར་ཐལ། དེས་  
 བསྐྱུས་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྟག་མཐོང་རྗེས་མཐུན་པ་ཡིན་པའི་རྒྱ་མཆན་  
 གྱིས་དེས་བསྐྱུས་པར་བཞག་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཐོབ་ན་རྟག་མཐོང་  
 ཐོབ་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། ཁྲུབ་པ་དེ་ཡང་སྟོབ་དཔོན་  
 ཐོགས་མེད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇོད་པའི་ཀྱན་བརྟུས་ལས། ལ་ལ་ནི་རྟག་མཐོང་ཐོབ་པ་ཡིན་གྱི་ཞི་གནས་ནི་མ་ཐོབ་སྟེ།  
 དེ་རྟག་མཐོང་ལ་བརྟེན་ནས་ཞི་གནས་ལ་བརྟེན་པར་བྱེད་དོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་  
 བྱུང་། ལུང་དེས་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་རྟག་མཐོང་ལ་བརྟེན་ནས་དངོས་གཞིས་  
 བསྐྱུས་པའི་ཞི་གནས་སྐྱབ་ཅེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། འོ་ན། རྟག་མཐོང་མཆན་ཉིད་པ་ཐོབ་  
 ན། ཞི་རྟག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཐོབ་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འོ་ན། རྟག་  
 མཐོང་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་རྟག་དང་མཚུངས་ལྡན་དུ་སོང་བའི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཆོས་  
 ཅན། ཞི་རྟག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ངེ་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྟག་མཐོང་

ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷག་མཐོང་དང་མཚུངས་ལྷན་དུ་སོང་བའི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན།  
 ཞི་ལྷག་གི་རང་གིས་རང་གི་དམིགས་པ་ལ་དཔུང་སྟོབས་ཀྱིས་བྱངས་པའི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱབ་པ་མ་  
 བྱུང་། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་ལུ་མ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ལས། དེ་ཡང་ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་  
 ཏེ་འཛིན་ཞེས་པ་ནི་ཡུལ་སྟོང་ཉིད་ལྟ་བུ་ལ་དམིགས་པའི་ཞི་གནས་ཀྱི་རང་ནས་རིགས་པས་དཔུང་སྟོབས་  
 ཀྱིས་ལྷག་མཐོང་བྱངས། དེའི་རྗེས་སུ་སྟོང་ཉིད་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་སེམས་ཐོབ་པ་ལ་བེུ་བུ་  
 སྟོན་པོ་དང་ལམ་རིམ་སོགས་ལས་བཤད། ཅས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 རྟ་ཆར། འོ་ན། ལྷག་མཐོང་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཞི་གནས་དང་མཚུངས་ལྷན་གྱི་  
 ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཞི་ལྷག་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར།

༡༠༥ ཉན་སའི་ལུང་དེ་མ་ཐག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
 སྤྱོད་ལུ་མ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོད་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
 དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་ཉེར་བསྟེན་གསལ་བཤད་པ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་  
 པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དངོས་གཞི་བཤད་  
 པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་སའི་ལུང་དེ་མ་དག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་  
 མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། ཉན་སའི་ལུང་དེ་མ་དག་པའི་  
 ཕྱིར། ཞེས་པའི་ལུང་དེ་ངོས་འཛིན་བྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཉམ་པར་མ་བཞག་  
 པའི་ས་བའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་གིས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་རགས་པའི་མཆོན་ཉིད་དང་། བསམ་

གཏན་དང་པོ་ལ་ཞི་བའི་མཆན་ཉིད་དུ་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་  
ལ་བྱེད་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། དེ་བསམ་གཏན་དང་པོ་ཉེར་བསྟོགས་  
མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་དེ། མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་པར་  
ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་  
ཅན། མཉམ་པར་མ་བཞག་པའི་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་  
འབད་པར་ཐལ། དེ་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་འདོད་པའི་སས་  
བསྐྱུས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་རྟོན་ཅན་གྱི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཐོས་བསམ་སོགས་ཅི་རིགས་ཀྱི་  
སྒྲོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞན་ཡང་། དེ་འདོད་པའི་སས་བསྐྱུས་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་  
མའི་སར་མི་གཏོགས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། དེར་མི་གཏོགས་པར་ཐལ། དེ་  
ལྟར་མི་གཏོགས་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་བློང་ལས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
བསྟོགས་ཀྱི་ཡིད་བྱེད་དང་པོའི་འདི་འདོད་པ་ཡིན་གྱི་གོང་མའི་སར་མི་གཏོགས་ཏེ། ཉན་ས་ལས་མཉམ་  
པར་མ་བཞག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་དག་གིས་འདོད་པ་རྣམས་ལ་རགས་པའི་མཆན་ཉིད་དང་། བསམ་  
གཏན་དང་པོ་ལ་ཞི་བའི་མཆན་ཉིད་དུ་སོ་སོར་རྟོག་པར་བྱེད་པ་དེ་ནི་སོ་སོར་རིག་པའི་ཡིད་ལ་བྱེད་པ་  
ཞེས་བྱ་སྟེ་ཞེས་པས་སོ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར།  
བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མཆན་ཉིད་སོ་སོར་རིགས་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། འདོད་པའི་སས་  
བསྐྱུས་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། གོང་མའི་སར་མི་  
གཏོགས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།

༡༡༥ དཔེར་ན་ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁིན་སྐྱངས་ཀྱིས་བེན་པའི་མཉམ་  
པར་འཛོག་པའི་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལྟ་བུའོ། ཞེས་པའི་གཞུང་གི་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་ཉགས་  
མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་

ཚན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཟུགས་ཀྱི་རྣམ་  
གཞག་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་ཐད་ཀྱི་ས་བཅད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་ལ་བྱེད་  
པའི་ལས་དང་པོ་བ་བཤད་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གང་ནས་འཕྲོས་  
པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འདུག་སྐྱུ་བ་ཀྱི་མཐའ་དབྱེད་པའི་སྐབས་  
ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་དང་བསྟན་བཅོས་གཉིས་  
རེ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་དེ་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་མདོ་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གོ་སྐྱབ་སྟོན་པའི་མདོ་ལས། ལྷ་རིའི་བུས་སྐྱས་  
པཎྜ ཆེ་དང་ལྷན་པ་གང་པོ་ཇི་ཙམ་གྱིས་ན་བྱུང་རྒྱུ་ལ་མཉམས་དཔལ་མཉམས་དཔལ་ཆེན་པོ་  
ཐེག་པ་ཆེན་པོ་ལ་ཡང་དག་པར་འདུག་པ་དང་ཞེས་སོགས་ཀྱིས་བསྟན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
གཉིས་པ་བསྟན་བཅོས་ལས་བསྟན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མདོན་རྟོགས་བྱུན་ལས།  
བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་སྒྱུན་སོགས་དང་། ཞེས་པ་ནས། འདྲེགས་པ་ཡིན་པར་གཤམ་  
པར་བྱ། ཞེས་པའི་བར་པོ་ལོ་ཀ་གཉིས་ཀྱིས་བསྟན་པ་དང་། འབྲེལ་པ་དོན་གསལ་ལས།  
བསམ་གཏན་དང་གཟུགས་མེད་པའི་སྟོམས་པར་འདུག་པ་དང་། ཞེས་པ་ནས། འདུག་  
པའི་སྐྱབ་པ་རྣམ་པ་དགའོ། ཞེས་པའི་བར་གྱིས་བསྟན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བསམ་  
གཏན་གཟུགས་མེད་སྒྱུན་སོགས་དང་། ཞེས་སོགས་ཀྱི་སྐབས་སུ་སྦྱོར་བ་འགོད་པ་དང་མཐའ་དབྱེད་  
པ་གཉིས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དང་པོ་སྦྱོར་བ་འགོད་རྒྱ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འདུག་སྐྱུ་བ་དགའོ་ཡོད་དེ། འདུག་བྱ་བསམ་གཏན་གཟུགས་མེད་ལ་  
འདུག་པའི་སྐྱབ་པ་ནས། རྣམ་མཁྱེན་ལ་འདུག་པའི་འདུག་སྐྱུ་བ་ཀྱི་བར་དགའོ་ཡོད་པའི་ཕྱིར།  
ཞེས་པའི་སྦྱོར་བ་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཉིས་པ་མཐའ་དབྱེད་པ་ལ་བསམ་གཏན་  
དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རང་གི་ཡན་ལག་  
གིས་མ་བློན་པའི་འཕྲོ་བ་བྱུར་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་ཀྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་འཕྲོ་བ་



བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སས་བསྐྱུས་པའི་དགེ་བའི་རིག་པ་དེ། བསམ་གཏན་གྱི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ལགས། རང་གི་ཡན་ལག་གིས་མ་བློན་པའི་འཛོལ་བྱར་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་འཛོལ་བྱེད་ཀྱི་ཐབས་སུ་གྱུར་པའི་བསམ་གཏན་གྱི་སས་བསྐྱུས་པའི་དགེ་བའི་རིག་པ་དེ་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཉིང་ངེ་འཛིན་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ལྷན་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མེད་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་འཐད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། མཁ་བཤད་སྤྱིང་པོའི་རྒྱན་ལས། འདིར་ཡིད་བྱེད་དང་པོ་ཞི་གནས་མཚན་ཉིད་པ་དེ་ནི། རང་གི་འོག་ས་ལ་འདོད་ཆགས་དང་བྲལ་བྱེད་ཀྱི་གནས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཏུ་ཤེས་པར་བྱའོ། ཞེས་གསུངས་པ་མི་འཐད་པར་ཐལ་ལོ། གཞན་ཡང་། གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་དང་ལྷན་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་མེད་པར་ཐལ། མཚན་ཉིད་དེ་འཐད་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་རབ་ཏུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད་ནས་གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་ཐོབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཐོབ་པར་ཐལ། གཉེན་པོའི་ཡན་ལག་དང་ལྷན་པའི་བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་རབ་ཏུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། འཇིག་རྟེན་པའི་སྟོམ་སྤངས་སུ་གྱུར་པའི་འདོད་ཉོན་ཆེན་པོའི་ཆེན་པོའི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་ཐོབ་པའི་དེ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། །

༡༣༥ བདུན་གྱི་ཐོག་མ་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་སྟོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས། ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། གཞུང་ཆོན་བསམ་གཟུགས་ནས་ཡིན་ལགས། མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་ངོས་གཟུང་ནས་གཞུང་ཆོན་དེ་བསམ་གཟུགས་ནས་ཡིན་ཆུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། ཞེས་ཡིད་བྱེད་བདུན་གྱིས་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྟོམས་པར་འདུག་པར་གསུངས་ཤིང་། ཞེས་པ་གཞུང་འདིའི་ཆོག་སྒྲ་མ་དང་། གཞུང་ཆོག་སྒྲ་

སྤྱི་དེ་དག་བསམ་གཟུགས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡིད་བྱེད་བདུན་  
 པ་རེ་རེ་ནས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་  
 བྱེད་དང་། མོས་པ་ཡིད་བྱེད། རབ་ཏུ་དབེན་པ་ཡིད་བྱེད། དགའ་བ་ལྷུད་པ་ཡིད་བྱེད།  
 དཔྱད་པ་ཡིད་བྱེད། སྦྱར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་ཡིད་བྱེད། སྦྱར་བ་མཐར་ཐུག་པའི་འབྲས་  
 བུ་ཡིད་བྱེད་བཅས་བདུན་ཚོས་ཅན། དེ་བདུན་ཚོས་ཅན། ཡིད་བྱེད་བདུན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཚོས་ཅན།  
 བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་  
 ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁིན་སྤྱངས་  
 ཀྱིས་བེན་པའི་མཉམ་པར་འཛིག་པའི་རྟིང་རེ་འཛིན་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་  
 མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་  
 ཚེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཚོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཇད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྦྱོན་མེ་  
 ལས། ཞེས་ཡིད་བྱེད་བདུན་གྱི་བསམ་གཏན་དང་པོ་ལ་སྦྱོམས་པར་འདུག་པར་གསུངས་ཤིང་། བདུན་  
 གྱི་ཐོག་མར་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་སྦྱོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས། ཁིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། ཞི་  
 གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁིན་སྤྱངས་ཀྱིས་བེན་པའི་མཉམ་པར་འཛིག་པའི་རྟིང་རེ་འཛིན་  
 དེ་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་དང་། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་  
 བསྡོགས་མཚན་ཉིད་སོ་སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཐོབ་པ་ལ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཡིད་  
 ལ་བྱེད་པའི་ལས་དང་པོ་བ་ཐོབ་པ་སྡོན་དུ་འགྲོ་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཞི་གནས་ཐོབ་མ་ཐག་པའི་གང་ཟག་གི་རྒྱུད་ཀྱི་ཁིན་སྤྱངས་ཀྱིས་བེན་པའི་མཉམ་  
 པར་འཛིག་པའི་རྟིང་རེ་འཛིན་ཚོས་ཅན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཚར། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྡོགས་མཚན་ཉིད་སོ་

སོར་རིག་པ་ཡིད་བྱེད་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཀྱི་ཐོག་མ་མ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདྲིང་ལགས། འདྲིང་ན། ཚར། འོ་ན། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་བྱེད་བདུན་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདྲིང་ལགས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་ཡིད་བྱེད་བདུན་མེད་པར་ཐལ། བསམ་  
 གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་སྒྱུར་བ་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་བྱེད་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་སྒྱུར་བ་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་བྱེད་མེད་པར་ཐལ། དེ་  
 རྩར་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་  
 ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྟོན་མེ་ལས། བསམ་གཏན་དང་པོའི་ཉེར་བསྟོགས་སྒྱུར་བ་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་  
 བྱེད་ནི་མེད་དེ། བསམ་གཏན་དང་པོའི་སྒྱུར་བ་མཐའི་འབྲས་བུ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་དང་  
 པོའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་སྒྱུར་བ་མཐའི་འབྲས་  
 བུ་ཡིད་བྱེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་བཞི་པའི་དངོས་གཞིའི་སྟོམས་འདུག་ཡིན་དགོས་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར།

# ༄༅། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་ཆོགས་སྒྲུབ་ སྒྲིལ་གྱི་ཐལ་ཕྱེང་།

༄༅། ༡༽ འགྲེལ་པ་གཉིས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་འདི་གང་ནས་  
ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྤྱོན་  
མེ་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་གོང་མ་ངོས་བཟུང་ནས་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་  
གསལ་བའི་སྤྱོན་མེ་ནས་ཡིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་  
པའི་ཆོགས་སྒྲུབ་ལ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱིས་ཁྲུབ་པ་འགྲེལ་པ་གཉིས་ལས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་  
རོ། ཞེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོག་འདིས་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སའི་ངེས་ཆོགས་བཤད་པ་དེ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སའི་ངོ་པོ། སའི་དབྱེ་བ། སའི་ཁྲད་པར། སའི་ངེས་ཆོག་བཤད་པ་  
རྣམས་ཡིན་ལགས། ས་བཅད་དེ་ལྟ་བུ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
མ་གྲུབ། གསུམ་པ་སའི་ཆོགས་སྒྲུབ་ཀྱི་སྐབས་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
གཞུང་སྤྱི་ཆོགས་སྒྲུབ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུབ་ཅེས་པ་དེ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
ཐལ། དེ་གསུམ་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། བཞི་པ་ཆོགས་  
སྒྲུབ་གསུམ་ཕྱེ་བྲག་དུ་བཤད་པའི་སྐབས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་  
འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོགས་ཀྱི་ངོ་པོ། དབྱེ་  
བཤད་ མྱིང་རྩེ་གསུམ་གྱི་ཁྲད་པར་རྣམས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་  
གསུམ་གྱི་མཚན་ཉིད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་ཅན་མི་རྟག་

པ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ། ཆོས་ལ་དམིགས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་  
 པོའི་མཆན་ཉིད། སེམས་ཅན་བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སྟིང་རྩེ་  
 ཆེན་པོ། དམིགས་མེད་ཀྱི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད། དེ་གཉིས་གང་གིས་ཀྱང་མ་ཟིན་  
 པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ། སེམས་ཅན་ཙམ་ལ་དམིགས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོའི་མཆན་ཉིད་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱང་སེམས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན་སྟིང་རྩེ་  
 ཆད་མེད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་སྟོན་མེད་  
 པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བྱང་སེམས་འཕགས་པའི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་  
 ཅན། འོ་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཆོས་ཅན། སྟིང་རྩེ་ཆད་མེད་ཡིན་པར་ཐལ།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་  
 རྣམས་སྟུག་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཉིང་ངེས་འཛིན་དང་ཤེས་  
 རབ་གང་རུང་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མི་འཐད་པར་ཐལ། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་  
 བསྐྱུས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་  
 སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་མེད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་  
 རྣམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྒྲུབ་དཔེ་དང་ས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་དབུ་མའི་མཐའ་དཔྱིད་ལས། ས་ཐོབ་ནས་སྟོན་སེམས་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་རྟེ། སྟོན་སེམས་ཀྱི་ས་མཆོམས་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལ་མ་ཁོ་ནར་འཛོག་པར་བྱང་རྒྱལ་ལ་མ་རིམ་  
 སོགས་ནས་གསུངས་པ་དང་ཁོག་གཅིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར།  
 གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མེད་པར་ཐལ།  
 དེའི་རྒྱུད་ཀྱིས་བསྐྱུས་པའི་སྟོན་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། བྱང་  
 འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ལ་སྟིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡོད་མེད་དེའི་རྒྱུད་ལ་སྟོན་སེམས་ཡོད་མེད་ལ་རྩེས་སུ་འགྲོ་ཆོག་བྱེད་  
 དཔོན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དཔོན་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྟིང་རྩེ་ཆེན་  
 པོ་ལ་དེ་ལྟར་དཔོན་པ་གང་ཞིག་ ཁྱོད་གཉིས་ལ་མི་མཚུངས་པའི་རིགས་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་དང་

པོ་མ་གྲུབ། དེ་དགོས་པར་ཐལ། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱད་  
ལ་ཡོད་མེད་སྟོན་སེམས་ཁས་ལེན་མི་ལེན་ལ་བྱག་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱག་པ་  
ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་  
སྒྲེའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་  
དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་མེ་ལས། འོ་ན། སེམས་ཅན་ལ་དམིགས་པའི་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ། ས་  
ཐོབ་ནས་ཡོད་དམ་མེད་ཅེ་ན། དེ་ནི་ས་ཐོབ་ནས་སྟོན་སེམས་ཁས་ལེན་མི་ལེན་ལ་བྱག་གོ། ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱད་ཀྱི་སྙིང་རྩེ་ཡོད་མེད་དེའི་  
རྒྱད་ལ་སྟོན་སེམས་ཡོད་མེད་ལ་བྱག་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། ཆར། འོ་ན། བྱང་འཕགས་ཀྱི་  
རྒྱད་ལ་སྙིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མེད་པར་ཐལ། དེའི་རྒྱད་ལ་སྟོན་སེམས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༡༥ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་རྩེ་ས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དོན་མེད་པར་ཐལ་ལོ། ཞེས་པའི་  
གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དེའི་དོན་ངོས་བཟུང་ནས་  
ཐལ་བ་འཕེན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་  
གཙོ་བོར་གཟུགས་སྒྱུའི་ལག་རྩེ་ས་འཛོག་བྱེད་མ་ཡིན་པ་དེའི་དོན་དང་། ལྷགས་སྒྲེའི་འདོད་  
པ་ལྟར་ན་མཐོང་ལམ་རྩེ་ས་ཐོབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཉམས་ལེན་དགོས་མེད་དུ་ཐལ་ཏེ། མཐོང་ལམ་  
བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཁས་བླངས་ཞེས་པ་ཡིན་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་ན་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། བྱུང་  
པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སངས་རྒྱས་འཕགས་པའི་རྒྱད་ཀྱི་སྟེན་པའི་ཕར་ཕྱིན་ཆོས་  
ཅན། བསོད་ནམས་ཀྱི་ཚོགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཆོས་ཅན། བསོད་ནམས་ཀྱི་  
ཚོགས་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན། ཡེ་  
ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་ཡིན་པར་ཐལ། ཕར་ཕྱིན་དང་པོ་ལྔ་པོ་གང་རུང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།  
དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་རྩེ་བཙུན་བྱམས་པ་མགོན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས་ལྔ་ཆར་ཡང་ནི་ཡེ་ཤེས་ཚོགས།

ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། འོ་ན། ཆོགས་གཉིས་མི་  
 འགལ་བར་ཐལ། འདྲི་པའི་ཕྱིར། འདྲི་ལགས། འདྲི་ན། ཚར། དེ་འགལ་བར་ཐལ། ཐབས་  
 གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་དང་ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་འགལ་བའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་  
 མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། བསོད་ནམས་གྱི་ཆོགས་ཡིན་ན་ཐབས་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་  
 བྱལ། ཡེ་ཤེས་གྱི་ཆོགས་ཡིན་ན་ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱལ་བའི་ཕྱིར། རྟགས་  
 མ་གྲུབ། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱལ་བ་དེ་ཡང་པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་གྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དཔྱིད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། གཙོ་བོར་ཆོས་སྐྱེའི་ལག་རྒྱུ་  
 འཛིག་བྱེད་གྱི་ཆོགས་ཡིན་ན། ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱལ། གཙོ་བོར་གཟུགས་  
 སྐྱེའི་ལག་རྒྱུ་འཛིག་བྱེད་གྱི་ཆོགས་ཡིན་ན། ཐབས་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པས་བྱལ་བའི་ཕྱིར།  
 ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཚར། ཐབས་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
 གནས་པ་ཡིན་ན། ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་མི་གནས་པས་བྱལ་བར་ཐལ། འདྲི་པ་དེའི་ཕྱིར།  
 འདྲི་ལགས། དེ་མ་བྱལ་པར་ཐལ། ཐབས་ཤེས་གཉིས་ཀའི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་ཞིག་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་གཉིས་ཀའི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་ཞིག་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་  
 ཆེན་སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་དེ་དེ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། དེ་གཉིས་ཀའི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། ཐབས་  
 གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་གང་ཞིག ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་ཕྱི་  
 མ་མ་གྲུབ། སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་  
 སུ་གནས་པར་ཐལ། ཤེས་རབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱལ་པར་ཐལ། ཤེས་རབ་དེ་  
 རང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་དཔྱིད་པའི་ཤེས་རབ་གང་ཞིག དེ་ཙམ་གྱིས་ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
 པའི་དོན་ཆང་བའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཤེས་རབ་གྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་དོན་  
 རྒྱུ་བཟུང་ནས་སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ལ་དོན་དེ་མ་ཆང་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར།

ཉགས་མ་གྲུབ། རང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་དཔྱོད་པས་རབ་དུ་ཕྱེ་བའི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཚོ།  
 ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་དོན་གང་ཞིག་ སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་  
 གྱི་ཤེས་རབ་ལ་དོན་དེ་མ་ཆང་བའི་ཕྱིར། སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་  
 ཅན། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་དོན་ཆང་བར་ཐལ། རང་ཡུལ་ལ་སོ་སོར་དཔྱོད་པས་  
 རབ་དུ་ཕྱེ་བ་གང་ཞིག་ དེའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡང་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཆོས་ཅན།  
 དེའི་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་ན་སྦྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། སེམས་  
 བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་དེ་ཐབས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 འོ་ན། སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཐབས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་  
 པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། སེམས་བསྐྱེད་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཤེས་རབ་ཆོས་ཅན། ཤེས་  
 རབ་དང་ཐབས་གཉིས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་གཞི་མཐུན་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར།  
 འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྟོང་ཉིད་རྟོགས་པའི་མཐོང་ལམ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་  
 ཆོས་ཅན། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རྟོང་ཉིད་  
 རྟོགས་པའི་མཐོང་ལམ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། ཤེས་རབ་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་  
 གནས་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐབས་ཀྱི་རྟོགས་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཕྱིར་ཏེ། གཙོ་བོ་གཟུགས་སྒྲུབ་  
 ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཀྱི་ཆོགས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་  
 ཤེས་རབ་མ་ཡིན་པའི་དགེ་སློ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་མ་བྱུང་། དེ་ལྟར་རྒྱབ་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་  
 གྱི་ཤེས་རབ་མ་ཡིན་དགེ་སློ་ཡིན་ན། གཙོ་བོ་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པས་  
 རྒྱབ་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་རྒྱབ་པར་ཐལ། མ་རྒྱབ་པའི་སྦྱོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
 པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་དུ་གྱུར་པའི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། འོ་ན། དེ་  
 ཆོས་ཅན། གཙོ་བོ་རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། རྣམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་དང་མཚུངས་ལྡན་གྱི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་ཆོས་ཅན། རྟོགས་པ་མཐར་ཐུག་  
 གི་ལག་རྩེས་འཛོག་བྱེད་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་ལམ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྒྱབ་པ་



མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱུང་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱིད་  
མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
ཉིད་ཀྱིས་མངའ་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། དེས་ན་ཐེག་ཆེན་གྱི་ཟག་མེད་སྒྲོམ་  
ལམ་གཅིག་ཉིད་སྐྱབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་ནམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་གཉིས་ཀྱི་འཛིན་སྟེ། རྟགས་པ་མཐར་ཐུག་  
གི་ལག་རྩེས་འཛིན་པའི་ཆ་ནས་སྐྱབ་པ་སྒྲོམ་ལམ་དང་། སྤངས་པ་མཐར་ཐུག་གི་ལག་རྩེས་འཛིན་པའི་  
ཆ་ནས་ནམ་དག་སྒྲོམ་ལམ་དུ་འཛིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། །

༡༥ འཛིན་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་བཞེད་པའི་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ་སྐྱར་བའི་ཕྱིར།  
ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། དང་པོ་  
གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་  
ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོགས་སྐྱབ་ཀྱི་སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་  
ཆོག་དེའི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱིའི་ངོ་བོ་ཞེས་པ་ལས་འཕྲོས་  
པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པ་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སོ་སའི་ངོ་བོ་ཞེས་པ་དེ་གཅིག་ཡོད་ལགས།  
དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། སའི་  
ངོ་བོ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་  
ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བཞི་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ།  
བཞི་པོ་རེ་རེ་ནས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དཔྱེ་བ། བྱད་ཆོས། འཕྲོ་  
རྒྱལ། དེས་ཆོག་བཤད་པ་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟ་བུ་གང་ནས་འཕྲོས་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སའི་མཐའ་དབྱེད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། སའི་མཐའ་དབྱེད་པ་དེ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་  
པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སའི་ཆོགས་སྐྱབ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་

ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། གཟུངས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུབ་བཤད་པ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོགས་སྒྲུབ་བཤད་པ་གཉིས་ཆོས་  
 ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཆོགས་སྒྲུབ་གསུམ་པུ་བྲག་དུ་བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་  
 མ་གྲུབ། ཆོགས་ཀྱི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ། ལྷིང་མེ་གསུམ་གྱི་ཁྱད་པར་ནམས་ཆོས་ཅན། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་གསུང་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མཐའ་  
 དཔུང་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གོང་དུ་བཀོད་པའི་གཞུང་ཆོག་དེའི་  
 ཆོག་སྒྲུབ་མ་དེ་ངོས་འཛིན་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་བཅུའི་མཉམ་བཞག་  
 ལ་ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་ཆོས་སྒྲུབ་མཐོང་བ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་ཅེས་པའི་  
 ཆོག་དེ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། གོང་གི་གཞུང་ཆོག་སྒྲུབ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་དེའི་དོན་གསུང་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་བཤད་  
 ལྷིང་རྒྱན་དུ་ས་བཅུའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ལ་ཆོས་ཉིད་མཐོང་བ་ལ་ཁྱད་པར་མེད་ཀྱང་ཆོས་  
 སྒྲུབ་མཐོང་བ་ལ་ཁྱད་པར་ཡོད་པར་གསུངས་པ་ནི་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་ཁས་མི་ལེན་ཏེ།  
 ལུང་དེའི་དོན་འགོག་བདེན་དོན་དམ་བདེན་པར་འདོད་པའི་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ་སྦྱར་  
 བ་ཡིན་ཞེས་པའི་དོན་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ས་ནས་སར་འཕྲོས་པའི་ཆད་དང་། འགོག་  
 བདེན་བདེན་གཉིས་གང་དུ་འདོད་སོགས་གསུང་ཕྱི་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་  
 འོག་མ་འོག་མའི་ཡོངས་སྒྲིངས་མཐར་ཕྱིན་པ་ན་ས་གོང་མ་གོང་མར་འཕྲོ་བ་ཡིན་ལ། འགོག་  
 བདེན་ནི་རང་རྒྱུད་པའི་ལུགས་ལ་ཀུན་རྫོགས་བདེན་པ་དང་ཐལ་འགྱུར་པའི་ལུགས་ལ་དོན་དམ་  
 བདེན་པར་བཞེད་པ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བ་ལ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་  
 སྒྲིངས་མཐར་ཕྱིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་པའི་ཕྱིར། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ས་དེ་དང་  
 དེའི་ཡོངས་སྒྲིངས་རྫོགས་ན། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྒྲིངས་མཐར་ཕྱིན་པས་ཁྱབ་པར་ཐལ། འདོད་

ལགས། འདྲེན་ན། ལྷོང་ཉིད་མངོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་རྫོགས་པར་ཐོབ་པའི་གང་ཟག་ཡིན་  
 ན། དེ་མཐར་ཕྱིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།** འདྲེན་ན། གང་ཟག་གི་  
 བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྟོགས་རིགས་རྫོགས་པའི་གང་ཟག་ཡིན་ན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་  
 རྟོགས་རིགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་གང་ཟག་ཡིན་པས་བྱབ་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།** འདྲེན་ན། རང་  
 རྒྱལ་དག་བཅོམ་པ་ཆོས་ཅན། གང་ཟག་གི་བདག་མེད་རྟོགས་པའི་རྟོགས་རིགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་གང་  
 ཟག་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉན་རང་གི་སྤངས་རྟོགས་ཀྱི་རིགས་རྫོགས་  
 པའི་གང་ཟག་ཡིན་པའི་ཕྱིར། གཞན་ཡང་། གོང་དུ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་རྫོགས་ན་ས་གཞན་  
 ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་དགོས་པ་གང་ཞིག་ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བ་ལ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་  
 མཐར་ཕྱིན་པས་བྱབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་དང་པོ་མ་གྲུབ།** འོ་ན། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་  
 རྫོགས་ན་ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་བས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།** དེ་བྱབ་པར་ཐལ།  
 ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་རྫོགས་པ་དེ། ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་པའི་ཆད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་**  
**མ་གྲུབ།** ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་རྫོགས་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་པའི་  
 ཆད་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།** འདྲེན་ན། ཅ་བའི་དམ་བཅའ་ནས་ཆར། གཞན་ཡང་། ས་  
 དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་རྫོགས་ན་ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།**  
 འདྲེན་ན། དེ་བྱབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་བྱབ་པ་དེ་ཡང་སྒྲོབ་དཔོན་སེལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། དེ་ལ་ས་གང་  
 གི་ཡོངས་སུ་སྤྱོད་ས་པར་གྱུར་པ་མ་རྫོགས་པ་དེ་སྲིད་དུ་ས་དེ་ཡིན་ལ། ཡོངས་སུ་རྫོགས་ནས་ནི་ས་གཞན་  
 ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ་ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **བྱབ་པ་མ་བྱུང་།** **འགྲེལ་ཆེན་གྱི་ལུང་དེའི་**  
**དོན་ནི་འདི་ལྟར་ཡིན་ཏེ་འདིའི་རྫོགས་མ་རྫོགས་ཞེས་བྱ་བ་དེ་མཐར་ཕྱིན་མ་ཕྱིན་ལ་གོ་དགོས་**  
**པས་འགལ་བ་མེད་ལགས།** གཞན་ཡང་། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་རྫོགས་ན་ས་གཞན་ནས་གཞན་  
 དུ་འཕྲོ་བས་མ་བྱབ་པར་ཐལ། **འདྲེན་ལགས།** དེ་བྱབ་པར་ཐལ། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་ས་  
 རྫོགས་ན་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་རྗེས་སྐྱོབ་སྐྱོབ་དགོས་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་དགོས་པར་ཐལ། དེ་

ལྷན་དགོས་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་  
 དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་  
 མཛད་པའི་སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲིན་མེ་ལས། ས་དེའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་པ་ལ་ས་དེའི་རྗེས་  
 ཐོབ་ཐོབ་དགོས་ཤིང་། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། ཁྲབ་པ་མ་བྱུང་སྟེ། སྤྱི་དོན་གྱི་ལུང་དེ་དག་  
 གོང་དུ་བཀོད་པའི་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་སྒྲུབ་ཐོན་གཙོ་པོར་འཛིན་པའི་དབང་དུ་བྱས་པ་ཡིན་ལགས།  
 འོ་ན། སྤྱི་དོན་དུ་འབྲེལ་ཆེན་གྱི་ལུང་བཀོད་ནས་གསུངས་པ་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རང་ལུགས་ལ་ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བའི་ཆད་ཅིག་གསུང་  
 གུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤིང་མཐར་  
 ཕྱིན་པ་ན་ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་པར་འཛིན་ལགས། འོ་ན། ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་  
 སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ཤིང་མཐར་ཕྱིན་པ་དེ་ཆོས་ཅན། ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོས་པའི་ཆད་ཡིན་པར་  
 ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ས་གཞན་ནས་གཞན་དུ་འཕྲོ་བ་ལ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་  
 མཐར་ཕྱིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ས་དང་པོ་ནས་གཉིས་པར་འཕྲོས་ན་ས་  
 དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་པས་ཁྲབ་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། དེ་མི་འཐད་  
 པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་ན་ས་དང་པོའི་རྗེས་ཐོབ་ཐོབ་པས་མ་ཁྲབ་པའི་ཕྱིར།  
 རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཁྲབ་པར་ཐལ། ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་ན་ས་དང་པོའི་རྗེས་ཐོབ་  
 ཐོབ་པས་མ་ཁྲབ་པ་གང་ཞིག་དེ་གཉིས་མཚུངས་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མཚུངས་པར་ཐལ།  
 ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་ཁྲོགས་ཞེས་པ་ས་དང་པོའི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་མ་ཕྱིན་ལ་བཤད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་བཤད་པར་ཐལ། སྤྱིར་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་  
 ཁྲོགས་ཞེས་པ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་མ་ཕྱིན་ལ་བཤད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ།  
 སྤྱིར་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་ཀྱིས་མ་ཁྲོགས་ཞེས་པ་ས་དེ་དང་དེ་ཡི་ཡོངས་སྤྱོད་སྤྱོད་མཐར་ཕྱིན་  
 མ་ཕྱིན་ལ་བཤད་པར་ཐལ། དེ་ལྷན་བཤད་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱིད་  
 མཆོག་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་

ཀྱིས་མཛད་པའི་མཐའ་དབྱེད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། འདིའི་རྫོགས་ཞེས་པ། མཐར་  
ཕྱིན་མ་ཕྱིན་དང་། འགགས་མ་འགགས་ལ་བཤད་དུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། བྱུང་  
པ་མ་བྱུང་། ལུང་དེས་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་སྒྲུབ་ཟིན་གྱི་རྫོགས་མ་རྫོགས་ཞེས་པ་ལ་དེ་ལྟར་བཤད་དུ་ཡོད་གསུངས་  
གྱི་སྒྲུབ་རྫོགས་མ་རྫོགས་ཞེས་པ་དེ་ལྟར་བཤད་པའི་དོན་མིན་ལགས། །

༡༥ གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་འཛོལ་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། གཉེན་པོའི་  
ཆོགས་སྐྱབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་  
བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་ན། གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་། གཉེན་  
པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་  
བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་ཡིན་ན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་  
གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། བདེན་  
མེད་མཛོན་སུམ་དུ་རྟོགས་པའི་ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་  
པའི་གཉེན་པོ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་གྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
ལམ་མཉམ་བཞག་ལེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་  
མཐོང་ལམ་མཉམ་བཞག་ལེ་ཤེས་ཡིན་ན། གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མ་བྱུང་པའི་སྒྲོན་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཐེག་ཆེན་  
གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་རྣམ་གྲོལ་ལམ་ཆོས་ཅན།  
གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྐྱབ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འཁོར་གསུམ། དེ་གཉེན་པོའི་ཆོགས་  
སྐྱབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་པཎ་ཆེན་བཤེད་  
ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དབྱེད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་  
མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་མཛད་པའི་མཐའ་དབྱེད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ཐེག་

ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་ནམ་གྱི་ལ་ལམ་དང་སྒྲོམ་ལམ་ནམ་གྱི་ལ་ལམ་གྱིས་མ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ་ཞེན་སྒྲོན་  
 མེད་དེ། དེ་གཉིས་རིམ་པ་བཞིན་མཐོང་སྤང་རྟོག་པ་དང་སྒྲོམ་སྤང་རྟོག་པ་ཐག་སྤང་བའི་གཉེན་པོ་ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར་ཏེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་  
 མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྒྲུབ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་  
 ནུ་ ཆར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་གྱི་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། གཉེན་པོའི་ཆོགས་སྒྲུབ་  
 ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་  
 པོ་བྱེད་པའི་བྱང་འཕགས་ཀྱི་མཁྱེན་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 ལམ་ནམ་གྱི་ལ་ལམ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།**  
 དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 བྱུང་བ་མ་བྱུང་། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་དངོས་གཉེན་བར་ཆད་མེད་ལམ་ཡིན་ན་དེའི་ནམ་གྱི་ལ་  
 ལམ་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་སྤངས་པའི་སྤངས་པ་ཡིན་དགོས་ཀྱང་། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་  
 པོའི་བར་ཆད་མེད་ལམ་ལ་དེ་ལྟར་མི་དགོས་སོ། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་  
 ལམ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 ཁྱོད་ལ་རང་གི་ངོ་སྤེལ་གྱི་སྤང་བྱུར་གྱུར་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། ཁྱོད་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱུང་བ་མ་བྱུང་།** དེ་བྱུང་བ་ཡོད་པར་  
 ཐལ། ཁྱོད་དང་འཛིན་སྤངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **ཡོད་པའི་ཕྱིར།**  
 འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཁྱོད་ཀྱི་སྤང་བྱུར་གྱུར་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།**  
 འོ་ན། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤང་བྱུར་གྱུར་པའི་ཤེས་སྒྲིབ་རྟོག་པ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན།  
 ཆར། འོ་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པ་ཡིན་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྤང་བྱུ་ཡིན་  
 པས་བྱུང་བར་ཐལ། **ཅིའི་ཕྱིར།** དེ་བྱུང་བར་ཐལ། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་ནམ་གྱི་ལ་ལམ་གྱིས་སྤངས་  
 མ་ཟིན་པའི་མཐོང་སྤང་ཞིག་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པའི་ཕྱིར།** མེད་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པ་ཡིན་  
 ནུ་ ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་བར་ཆད་མེད་ལམ་གྱི་སྤང་བྱུ་ཡིན་པས་བྱུང་བར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།**

འདྲོད་ན། ཚར། འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་ཅན། མཐོང་སྤང་རྟོག་པ་  
 ཡིན་ན། ཁྱོད་དེའི་གཉེན་པོ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། མཐོང་སྤང་རྟོག་  
 པ་ཡིན་ན། བེས་སྦྱིབ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འཁོར་གསུམ། མཐོང་སྤང་རྟོག་པ་  
 ཡིན་ན། བེས་སྦྱིབ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་བྱུང་པར་ཐལ། མཐོང་སྤང་  
 འདྲོད་ཆགས་ཡོད་པ་གང་ཞིག དེ་བེས་སྦྱིབ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་ཉོན་སྦྱིབ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཐར་པ་དང་ཐམས་ཅད་  
 མཁྱེན་པ་གཉིས་ཀྱི་ནང་ནས་གཙོ་བོ་ཐར་པ་ཐོབ་པ་ལ་བར་དུ་གཙོ་བོ་བྱེད་ཀྱི་སྦྱིབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **ཡིན་**  
**པའི་ཕྱིར།** འོ་ན། དེ་ཆོས་ཅན། ཉོན་སྦྱིབ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཚར། འོ་  
 ན། དེ་ཆོས་ཅན། བེས་སྦྱིབ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཚར། འོ་ན། མཐོང་  
 སྤང་རྟོག་པ་ཡིན་ན། བེས་སྦྱིབ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འོ་ན། བེས་སྦྱིབ་མ་ཡིན་  
 ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པར་ཆད་མེད་ལམ་ཁྱོད་ཀྱི་གཉེན་པོ་མ་ཡིན་པས་མ་བྱུང་པར་ཐལ། **འདྲོད་**  
**ལགས།** འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་ཅན། ཁྱོད་མཐོང་སྤང་འདྲོད་ཆགས་  
 ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འོ་ན། ཐེག་ཆེན་མཐོང་ལམ་པར་ཆད་མེད་ལམ་ཚོས་  
 ཅན། ཁྱོད་མཐོང་སྤང་འདྲོད་ཆགས་དང་འཛིན་སྤངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་སྒོ་ཡིན་པར་ཐལ། **ཅིའི་**  
**ཕྱིར།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། ཁྱོད་མཐོང་སྤང་འདྲོད་ཆགས་ཀྱི་གཉེན་པོ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **བྱུང་པ་མ་**  
**བྱུང་།** དེ་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཁྱོད་ཀྱིས་སྤང་བྱ་རྟོག་པ་དེའི་གཉེན་པོ་བྱེད་མི་བྱེད་དེ་ཁྱོད་དེ་དང་  
 འཛིན་སྤངས་དངོས་སུ་འགལ་བའི་སྒོ་ནས་དེ་ལ་གནོད་མི་གནོད་ལ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༥༥ མྱོང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་མྱོང་རྩེ་ཆད་མེད་ལ་ཟུ་བཞི་ཡོད་དེ། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། **མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་དོས་འཛིན་  
 རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** སྤྱི་དོན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒོ་ནས་མེ་ནས་ཡིན་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེའི་གཞུང་དོན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 མྱོང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་མྱོང་རྩེ་ཆད་མེད་གཉིས་ལ་ཡིན་མིན་གྱི་ཟུ་བཞི་ཡོད་ཅེས་པ་ཡིན་ལགས།

འོ་ན། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་གཉིས་ལ་མུ་བཞི་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** སྤྱིང་  
 རྩེ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་གཉིས་ལ་ཡིན་མིན་གྱི་མུ་བཞི་མེད་པའི་ཕྱིར། **མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།**  
 དེ་མེད་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་དང་སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་གཉིས་འགལ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་**  
**གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ་གང་ཞིག  
 སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་ཡིན་ན་ཡང་སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་  
 པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། རྣམ་པར་མི་འཆོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པ་གང་ཞིག སྤྱིང་  
 རྩེ་ཆོད་མེད་ཡིན་ན། ཉིང་ཏེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་  
 པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། ཁྲུབ་པ་སྤྲ་མ་ཡོད་པ་གང་ཞིག ཕྱི་མ་ཡང་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། **སྤྱི་ཕྱི་གཉིས་ཀ་ཡོད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དང་པོ་ཁྲུབ་པ་སྤྲ་མ་ཡོད་པའི་  
 ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན་རྣམ་པར་མི་འཆོ་བའི་སེམས་  
 བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཡིན་ན། བརྟེ་བ་ཡིན་  
 པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཁྲུབ་པ་དཔལ་ལྷན་ཆེན་བ་གྲགས་པ་  
 རང་ཉིད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་  
 པའི་འདུག་པའི་རང་འགྲེལ་ལས། སྤྱིང་རྩེ་ནི་བརྟེ་བ་སྟེ། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། **གསུངས་པའི་**  
**ཕྱིར།** འོ་ན། སྤྱིང་རྩེ་ཡིན་ན། བརྟེ་བ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། སྤྱིང་རྩེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། རྣམ་པར་མི་འཆོ་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པར་ཐལ། **འདྲོད་**  
**ལགས།** འདྲོད་ན། ཆར། འོ་ན། གོང་གི་ཁྲུབ་པ་སྤྲ་མ་ཡོད་པར་ཐལ། **འདྲོད་ལགས།** འདྲོད་ན།  
 ཆར། གོང་གི་ཁྲུབ་པ་ཕྱི་མ་ཡང་ཡོད་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་  
 མེད་ཡིན་ན། ཉིང་ཏེ་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར།  
**རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། སྤྱིང་རྩེ་ཆོད་མེད་ཡིན་ན། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་  
 བས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱུག་བསྐྱེལ་དང་བྲལ་འདྲོད་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཉིང་ཏེ་འཛིན་  
 དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། **རྟགས་མ་གྲུབ།** དེ་ཁྲུབ་པར་ཐལ། དེ་སྤྱིང་རྩེ་



ཆད་མེད་ཀྱི་མཆན་ཉིད་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་པར་  
 ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྟོན་  
 མེ་ལས། བསམ་གཏན་གྱི་དངོས་གཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སེམས་ཅན་རྣམས་སྤྱད་བསྐྱེད་དང་བྲལ་འདོད་  
 ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གྱི་རིགས་སུ་གནས་པའི་ཉིང་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་དེ། སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་  
 ཀྱི་མཆན་ཉིད། ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་ཀྱི་  
 མཆན་ཉིད་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་ཡིན་ན།  
 ཉིང་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་དུ་གྱུར་པའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས།  
 འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། གོང་གི་བྲལ་པ་ཕྱི་མ་ཡང་ཡོད་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར།  
 འོ་ན། སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་ཡིན་ན། སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་དང་སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་ཡིན་ན།  
 སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་མ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། སྙིང་རྗེ་ཆེན་པོ་  
 ཡིན་ན། རྣམ་པར་མི་འཆོ་བའི་བརྟེན་བའི་སེམས་བྱུང་ཡིན་པས་བྱུང་པ་གང་ཞིག་ སྙིང་རྗེ་ཆད་མེད་  
 ཡིན་ན། ཉིང་འཛིན་དང་ཤེས་རབ་གང་རུང་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། བྲལ་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྲལ་  
 པ་ཡོད་པར་ཐལ། རྣམ་པར་མི་འཆོ་བའི་བརྟེན་བའི་སེམས་བྱུང་དང་ཉིང་འཛིན་གཉིས་སེམས་བྱུང་  
 སོ་སོ་བ་ཡིན་པ་གང་ཞིག་ དེ་དང་ཤེས་རབ་ཀྱང་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྲལ་པ་མ་བྱུང་།  
 དེ་བྲལ་པ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་ན། དེ་གཉིས་འགལ་བས་བྲལ་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྲལ་པར་ཐལ། ལས་ཀྱི་ཀྱན་འབྱུང་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀྱན་འབྱུང་མི་འགལ་  
 ཟེར་བ་མི་འཐད་ཚུལ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། ལས་དང་ཉོན་མོངས་  
 འགལ་བའི་ཕྱིར་ཉེ། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སོ་སོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཞེས་པས་དེ་གཉིས་མི་འགལ་ཟེར་  
 བ་མི་འཐད་པར་སྒྲུབ་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་  
 པར་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་རྣམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་  
 ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་

གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས། ལས་ཀྱི་ཀུན་འབྱུང་དང་ཉོན་མོངས་པའི་ཀུན་འབྱུང་མི་འགལ་ཟེར་བ་མི་འབྱུང་  
 དེ་དེ་ལས་དང་ཉོན་མོངས་འགལ་བའི་ཕྱིར་རྟེ། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སྐྱོ་སྐྱོ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཞེས་  
 གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། དེ་གཉིས་སེམས་བྱུང་སྐྱོ་སྐྱོ་བ་ཡིན་ན། དེ་  
 གཉིས་འགལ་བས་བྱུང་བར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། ཆར། འོ་ན། སྤྲོ་ཆེ་ཆེན་པོ་དང་  
 སྤྲོ་ཆེ་ཆེན་མེད་གཉིས་སེམས་བྱུང་སྐྱོ་སྐྱོ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 གཉིས་འགལ་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱི་ཡིན་པ་ཡོད་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་མུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་  
 གྲུབ། དེ་ཡོད་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡོད་པ་དེ་ཡང་པའ་ཆེན་བསོད་ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱོད་  
 མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་  
 ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་མེ་ལས། བྱང་འཕགས་ཀྱི་རྒྱུད་ཀྱི་སྤྲོ་ཆེ་ཆེན་  
 པོ་ལྟ་བུ་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་མུར་འཛོག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

༦༥ ཡང་ནམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་འདིའི་དམིགས་པ་ཅི་ཡིན་ཞེ་ན། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་  
 མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་གང་ནས་  
 ཡིན་ངོས་འཛོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྤྱོད་ན་ཡུམ་དོན་གསལ་བའི་སྒྲོན་  
 མེར་བྱངས་པའི་འགྲེལ་ཆེན་གྱི་ཆོག་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། གཞུང་ཆོན་གང་གི་  
 སྐབས་སུ་བྱངས་པ་ཡིན་ངོས་འཛོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོགས་སྒྲུབ་ཀྱི་  
 སྐབས་སུ་བྱངས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། བྱངས་ཡུལ་གྱི་ཐད་གའི་ས་བཅད་ངོས་  
 འཛོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། ཅི་བ་བཤད་པའི་སྐབས་སུ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་  
 ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ངོས་འཛོན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལན་ཞེས་པ་མ་ཡིན་  
 པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཅི་བ་དང་ལན་གཉིས་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛོན་རྒྱ་  
 མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། གསུམ་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་དོགས་པ་དཔྱད་པའི་  
 སྐབས་ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་

འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཡུལ་སྤོང་ཉིད་ཉི་ཤུ་བཤད་པ། ཡུལ་ཅན་  
ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་བཤད་པ་དང་གཉིས་ཡོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གསུམ་འཕྲོས་  
སའི་ས་བཅད་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཉིས་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚོགས་  
བཤད་པ་ལས་འཕྲོས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་  
འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཟུངས་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱབ་བཤད་པ་དང་། སའི་  
ཚོས་སྐྱབ་བཤད་པ་དང་གཉིས་ཚོས་ཅན། འོ་ན། གཟུངས་ཀྱི་ཚོགས་སྐྱབ་བཤད་པ་དང་ཡེ་ཤེས་  
ཀྱི་ཚོགས་སྐྱབ་བཤད་པ། སའི་ཚོགས་སྐྱབ་བཤད་པ་གསུམ་འཕྲོས་སའི་ས་བཅད་དེ་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། བཞི་པ་ཚོགས་སྐྱབ་གསུམ་གྱི་བྲག་དུ་བཤད་པའི་སྐབས་  
ནས་ཡིན་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་དང་མཉམ་དུ་ས་བཅད་དུ་ཡོད་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་  
ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཚོགས་ཀྱི་ངོ་བོ། དབྱེ་བ། སྒྲིང་རྩེ་གསུམ་གྱི་བྱུང་པར་  
བཤད་པ་དང་གསུམ་ཚོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་བཞི་པོ་གང་ནས་འཕྲོས་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་  
མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། སྐབས་འདིར་མཐའ་དབྱུང་པའི་སྐབས་ནས་ཡིན་  
ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཡང་ན་མ་པར་མི་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་འདིའི་དམིགས་པ་ཅི་ཡིན་ནི་ན།  
ཞེས་པའི་གཞུང་ཆོག་དེ་རང་ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན། ཁ་ཅིག་གི་འདོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། རང་  
ལུགས་ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་འདྲ་པའི་གཞུང་ཆོག་ཚོས་ཅན། རང་ལུགས་  
ཀྱི་བཞེད་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ངི་བ་དང་ལན་གང་ཡང་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། མ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ།  
གང་ཡིན་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ངི་བ་ཡིན་ལགས། ངི་བ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། གང་ཞིག་གི་ངི་བ་ཡིན་ཚུལ་མེད་པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། རྣམ་པར་མི་  
རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་གང་འཛིན་ཅེས་པའི་ངི་བ་བྱས་པ་ཡིན་ལགས། དེ་མ་  
ཡིན་པར་ཐལ། ལན་དེ་ལ་ལྟ་ཡོད་པ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ལྟ་མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ལྟ་མེད་  
པར་ཐལ། ལྟ་པོ་ངོས་འཛིན་རྒྱུ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དབུ་སེམས་ཀྱི་  
ལུགས་གཉིས་འགོད་པ། དབུ་མ་པའི་ལུགས་འཐད་པར་སྐྱབ་པ། དེ་ལ་སེམས་ཅམ་

པའི་ལྷན་ཀ་སྤང་བ། སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་དགག་པ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་གཞན་མ་  
 སྒྲོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནམས་སུ་ཡོད་པའི་ཕྱིར། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་སེམས་གཉིས་  
 ཀྱི་ལུགས་ལ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་འཛོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཡིན་པའི་ཕྱིར། མི་འདྲ་བ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དང་པོ་སེམས་ཙམ་པའི་ལུགས་ལ་རྣམ་པར་མི་  
 རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། གཞན་  
 དབང་གཟུང་འཛིན་ཇས་ཐ་དད་ཀྱིས་སྟོང་པའི་བདེན་གྲུབ་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། སེམས་  
 ཙམ་པའི་ལུགས་ལ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་  
 ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དབུ་མ་པའི་ལུགས་ལ་འཕགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་  
 པ་ངོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་ཆོས་  
 ཅན། དབུ་མ་པའི་ལུགས་ལ་ཆོས་ཐམས་ཅད་བདེན་སྟོང་ཆོས་ཅན། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 དམིགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་  
 པ་དེ་ལ་སེམས་ཙམ་པ་དང་དབུ་མ་པ་གཉིས་ལ་སྟོང་ཉིད་འཛོག་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཡིན་  
 པའི་ཕྱིར། དེ་གཉིས་ཀྱི་ལུགས་ལ་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་མཚུངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་གཉིས་ཀྱིས་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་  
 འཛོག་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པ་མ་གྲུབ་། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ལ་སྟོང་ཉིད་  
 འཛོག་པ་མཚུངས་ཀྱང་། སྟོང་ཉིད་འཛོག་ཚུལ་མི་འདྲ་བས་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 དམིགས་པ་འཛོག་ཚུལ་ཡང་མི་འདྲ་ཡིན་ལགས། འོ་ན། མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དམིགས་  
 ར་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་པས་ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཁྲུབ་པའི་ཕྱིར། འོ་ན། བུམ་  
 པ་ཆོས་ཅན། བུམ་པ་བདེན་སྟོང་རྟོགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དམིགས་པ་ཡིན་པར་ཐལ།  
 ཅིའི་ཕྱིར། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། བུམ་པ་བདེན་སྟོང་རྟོགས་པའི་མཉམ་བཞག་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་དམིགས་  
 པའི་ཕྱིར། རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་དམིགས་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་དམིགས་པ་དཔལ་མགོན་འཕགས་  
 པ་སྒྲུབ་ཀྱི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དགོངས་པ་ཡིན་པ་རྟགས་མ་གྲུབ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ།

དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་ཙ་ཤེས་ལས། འདུས་བྱས་རབ་རྩ་མ་གྲུབ་པས། །འདུས་མ་བྱས་པ་ཇི་ལྟར་  
གྲུབ། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་པའི་ཕྱིར། །

༡༡། བར་ཕྱིན་སྐབས་དང་པོ་ལས་རེས་འབྱུང་རྒྱུ་པ་ལི་  
སྒྲོར་གྱི་ཐལ་ཕྱིང་།

༡༡། ༡༽ དག་པ་ས་གསུམ་ནས་འཛིག་པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པའི་ཕྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། གཞུང་དོན་མ་གྲུབ་པར་ཐལ། གཞུང་དེ་གང་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། སྤྱི་དོན་  
ཡུམ་དོན་གསལ་པའི་སྒྲོན་མེ་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་འབྱུང་  
གཞུང་དེ་གཞུང་ཆོན་གང་གི་སྐབས་ནས་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། རེས་འབྱུང་རྒྱུ་པ་པག་  
པའི་སྐབས་ནས་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དག་པ་ས་གསུམ་ནས་འཛིག་  
པའི་ཕྱིར། ཞེས་པའི་གཞུང་འདི་ཐད་ཀའི་ས་བཅད་གང་ནས་འཕྲོས་པ་ཡིན་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར།  
གསུམ་པ་ས་མཆོམས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་ནས་འཕྲོས་པ་མ་ཡིན་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་  
པར་ཐལ། ས་མཆོམས་ཞེས་པའི་ས་བཅད་དེ་དང་མཉམ་དུ་འཕྲོས་པའི་ས་བཅད་ཅི་ཡོད་གསུང་རྒྱ་མེད་  
པའི་ཕྱིར། རོ་བོ་དང་། དབྱེ་བ་གཉིས་མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མེད་པར་ཐལ། རེས་འབྱུང་  
རྒྱུ་པའི་རོ་བོ་འཛིག་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། རྣམ་མཁྱེན་དུ་གདོན་མི་བ་  
བར་རེས་པར་འབྱུང་བའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཆོས་ཅན། དེ་ཆོས་ཅན། རེས་འབྱུང་རྒྱུ་པའི་  
རོ་བོ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། རེས་འབྱུང་རྒྱུ་པ་ལ་དབྱེ་ན་ཅི་ཡོད་  
གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། བརྒྱད་མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། བརྒྱད་མེད་པར་ཐལ། བརྒྱད་པོ་རེ་རེ་  
ནས་རོས་འཛིན་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། མེད་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། ཆེད་དུ་བྱ་བ་ཆེན་པོ་གསུམ་དུ་  
རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ། མཉམ་པ་ཉིད་དུ་རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ། སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་འཛོལ་བུའི་དོན་དུ་རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ། མཐའ་ལས་འདས་  
པར་རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ། ཐོབ་པའི་མཆོན་ཉིད་དུ་རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ།  
རྣམ་མཁྱེན་དུ་རེས་པར་འབྱུང་བའི་རྒྱུ་པ། ལམ་ཡུལ་ཅན་དུ་བྱས་ནས་རེས་པར་འབྱུང་

པའི་སྐྱབ་པ་དང་བརྒྱད་ཆོས་ཅན། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པའི་ས་མཆོམས་འདི་  
 ཉས་འདྲིལ་གསུང་རྒྱ་མེད་པའི་ཕྱིར། ཉན་པ་ས་གསུམ་ནས་མི་འདྲིལ་པ་ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་  
 མི་འདྲིལ་པར་ཐལ། ཉམ་མཁུན་དུ་གདོན་མི་བ་བར་དེས་པར་འབྱུང་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་དེ། དེས་  
 འབྱུང་སྐྱབ་པའི་རོ་བོ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་  
 པ་དང་དེ་གཉིས་ལ་བྱུང་པ་སྒྲོ་བརྒྱད་མ་དེས་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འོ་ན། ཉམ་མཁུན་དུ་གདོན་  
 མི་བ་བར་དེས་པར་འབྱུང་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་ན། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པ་ཡོད་  
 པར་ཐལ། འདྲིན་ལགས། འདྲིན་ན། སྒྲོ་མ་སྤངས་ཆུང་དུ་འབྲིང་གི་དངོས་གཉེན་དུ་གྱུར་པའི་  
 བར་ཆད་མེད་ལམ་ཆོས་ཅན། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་པར་ཐལ། ཉམ་མཁུན་དུ་གདོན་མི་བ་བར་  
 དེས་པར་འབྱུང་པའི་དག་སའི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པའི་ཕྱིར། འདྲིན་ལགས། འདྲིན་ན། དེ་ཆོས་ཅན།  
 དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་མ་ཡིན་པར་ཐལ། ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་།  
 དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། མཁུན་གསུམ་བསྐྱུས་སྒྲོ་མ་ཐེག་  
 ཆེན་ཆོགས་ལས་རབ་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་སེམས་དཔའི་རྣལ་འབྱོར་གང་ཞིག་ཤེས་  
 གྱིང་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེས་  
 འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་ཕྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
 གསུམ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེ་རྣམ་བྱུང་པ་དེ་ཡང་རྗེ་བདག་ཉིད་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་ཕྱིར།  
 ཉགས་མ་གྲུབ། དགོངས་པ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མཛད་པའི་ལེགས་བཤད་གསེར་བྲིང་ལས།  
 དེ་ནི་ཉམ་མཁུན་རྒྱུ་བྱུང་པར་དུ་གྱུར་པ་བར་ཆད་མེད་ཅེ་འོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར། གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར། གསུངས་ན། ཆར། འོ་ན། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་  
 ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདྲིན་ལགས། འདྲིན་ན། ཆར། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྐྱབ་  
 ཀྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། ཅིའི་ཕྱིར། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། དེས་འབྱུང་སྐྱབ་པ་ཡིན་  
 ན། མཁུན་གསུམ་བསྐྱུས་སྒྲོ་མ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལས་ལས་རབ་དུ་གྱུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་བེན་པའི་

སེམས་དཔའི་ནལ་འབྱོར་གང་ཞིག ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པ་ཡིན་པས་བྱུང་པའི་སྤྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། ངེས་འབྱུང་རྒྱལ་པ་ཡིན་ན། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་ཡིན་པས་བྱུང་  
པའི་སྤྱིར། བྱུང་པ་མ་བྱུང་། དེ་བྱུང་པར་ཐལ། མཐུན་གསུམ་བསྐྱུས་སྒྲོམ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་  
ལས་རབ་དྲུ་གྲུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ནལ་འབྱོར་གང་ཞིག ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་  
གཉེན་བྱེད་པ་དེ། བར་ཆད་མེད་པའི་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་མ་གྲུབ། འཁོར་  
གསུམ། དེ་ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ལྟར་ཡིན་པ་དེ་ཡང་མདོ་རྒྱལ་ས་རབ་འབྱམས་སྒྲུབ་པ་ཆེན་བསོད་  
ནམས་གྲགས་པ་དཔལ་ནམ་དཔྱད་མཆོག་གི་སྡེ་དཔལ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། ཉགས་  
མ་གྲུབ། ཡིན་པར་ཐལ། དེ་ཉིད་ཀྱིས་མངོད་པའི་མཐའ་དཔྱད་ཡུམ་དོན་ཡང་གསལ་སྒྲོན་མེ་ལས།  
རང་ལུགས། མཐུན་གསུམ་བསྐྱུས་སྒྲོམ་ཐེག་ཆེན་ཆོགས་ལམ་ལས་རབ་དྲུ་གྲུར་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱིས་  
ཟིན་པའི་སེམས་དཔའི་ནལ་འབྱོར་གང་ཞིག ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་བྱེད་པ་དེ། བར་ཆད་མེད་  
པའི་ཅེ་སྒྲོར་གྱི་མཚན་ཉིད་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུངས་པའི་སྤྱིར། གསུངས་ན།  
ཆར། འོ་ན། ངེས་འབྱུང་རྒྱལ་པ་ཡིན་ན། ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། ཆར། སྒྲོམ་སྤངས་རྒྱུ་དུའི་འབྱེད་གི་དངོས་གཉེན་དྲུ་གྲུར་པའི་བར་ཆད་མེད་  
ལམ་ཆོས་ཅན། ཤེས་སྐྱབ་ཀྱི་དངོས་གཉེན་ཡིན་པར་ཐལ། ངེས་འབྱུང་རྒྱལ་པ་ཡིན་པའི་སྤྱིར། འདོད་  
ལགས། འདོད་ན། དེ་ཆོས་ཅན། རང་གི་རོ་སྐལ་གྱི་སྤང་བྱ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་དེ། ཤེས་སྐྱབ་  
སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་ན། རང་གི་རོ་སྐལ་གྱི་ཤེས་སྐྱབ་སྤངས་  
པའི་བྲལ་བ་ཡིན་ན། ཤེས་སྐྱབ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་ཡིན་པས་བྱུང་པར་ཐལ། འདོད་ལགས། འདོད་  
ན། ཤེས་སྐྱབ་སྤངས་པའི་བྲལ་བ་འགོག་བདེན་མཐར་ཐུག་མ་ཡིན་པར་ཐལ་ལོ། །

### སྒྲུབ་སྒྲུབ་པ།

ཚུལ་གསུམ་ཆད་མས་ཡུན་རིང་དབྱེད་པ་ལས། །

རྒྱ་གསུམ་འབྲས་ཐུའི་རྒྱལ་སར་བཞུད་པའི་ཐབས། །

སྒོ་གསུམ་ལེ་ལོའི་དྲི་མས་མ་སྒྲགས་པ། །



རིགས་གསུམ་འདུས་ཞལ་ཐུ་མའི་དྲིན་གྱིས་བྱས། །

གང་གིས་བདག་ཅག་ཐང་བསྐྱར་བྱེད་ཡི་ཆོགས། །

ཆོས་སྤྱད་འབྱོར་བ་བདེ་མཐའ་མེད་པ་ཡིས། །

ཉིན་མཚན་ལྟོས་མེད་བསྐྱངས་པའི་བཀའ་དྲིན་འདི། །

ཕུང་བོར་བསམ་ཆེ་དད་པའི་སྤྱུ་ལོང་གཡོ། །

འདི་ན་དབང་དང་གོ་སར་མི་སྒྲོན་ཞིང་། །

ཆོས་བརྒྱད་འཕྱོན་མས་བསྐྱུ་བྱིད་མ་བྱས་པར། །

དག་གཅིང་ཀྱན་སྒྲོང་རང་བྱུང་ཆུ་བ་འདིས། །

ཡོང་ཆེན་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་མཉེས་གུར་ཅིག །

དགེ་འདིས་སྒྲོད་བརྒྱད་འཛིག་ཉེན་ཀྱན་བདེ་ཞིང་། །

བསྟན་འགྲོའི་ཤན་བདེ་ཆར་འདེགས་སྐྱེས་ཆེན་དང་། །

བྱུང་པར་དཔལ་ལྷན་ཐུ་མ་ཡལ་སྤྱས་བཅས། །

སྤྱུ་ཆེ་བསྐྱལ་བ་བྱ་མཆོར་བཏན་པར་གྲོག །

ཅེས་ངེད་ཅག་མདོ་རོང་གི་གདུལ་བྱ་ནམས་ཀྱི་སྐྱབས་དང་མགོན་དང་དཔུང་གཉེན་གཅིག་པུར་  
གུར་པ་ཡོང་ཆེན་བསྟན་པའི་སྒྲོན་མེ་རྗེ་བརྩན་སྒོ་བཟང་བསྟན་འཛིན་འཛིགས་མེད་ཡེ་ཤེས་བྱ་མཆོ་  
དཔལ་བཟང་པོ་མཆོག་གིས་འཕགས་ཡུལ་གི་དྲིའི་བྱས་པ་གྲ་ཆང་གི་ཆེས་མཐོའི་བོད་ཀྱི་རིག་གནས་སྒྲོབ་  
གཉེར་ཁང་གི་ཐོན་དང་པོའི་ཤར་ཕྱིན་རབ་འབྱམས་པ་བྱན་མོང་ལ་ཤར་ཕྱིན་སྐྱབས་དང་པོའི་ཐལ་ཕྱང་  
ཞིག་འབྲི་ཚོམ་དགོས་པའི་བཀའ་སྒྲོབ་སྤྱི་བོར་ཤེབས་པ་གཞིར་བཟུང་གྲས་ཅག་ནམས་ལ་སྐྱེས་སྒྲོབས་  
ཀྱི་ཤེས་རབ་དང་སྐྱེས་སྒྲོབས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་སོགས་ཀྱིས་ཤིན་ཏུ་དམན་མིན་ལ་མ་སྒྲོས་པར་གཅིག་ཏུ་ན་  
ཡསྐྱབས་རྗེ་དམ་པས་གྲས་ཅག་ནམས་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་ཏུ་རི་ལྗར་མ་གཅིག་པའི་བྱ་ལྗར་སྤྱོན་གྱི་འབྲས་

བྱ་བཞིན་དུ་བསྐྱབས་དང་སྦྱོང་བཞིན་པའི་བཀའ་དྲིན་གྱི་ཆ་གས་ཙམ་གསལ་བ་བྱུང་ན་ཅི་མ་རུང་སྙམ་པ་  
 དང་། གཉིས་སུ་ན་བཀའ་དྲིན་མཚུངས་མེད་དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་དག་གི་དྲིན་ལས་བགྱང་བྱ་དུག་  
 རྣམ་ཙམ་རིང་པ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའི་གཞུང་མཆོག་འདི་ལྟ་བུར་ཐོས་བསམ་གྱི་སྐལ་བ་ཐོབ་པ་ཆུད་མི་འཇོལ་  
 བ་སོགས་ཀྱི་ཆེད་ཁྱབ་མཐའི་གཞུང་འདི་ཉིད་འབྲེལ་ཕྱིན་གྱི་ལས་སུ་བྱུགས་པ་ཞིག་ཡིན། དེ་ལྟར་ན་ཡང་  
 རྣམ་ཤོག་གོན་པ་དང་ལུང་རིགས་ཀྱི་ཅུ་ལྗོན་གས་པའི་མཁས་པ་རྣམས་བྱགས་ཁྲེལ་བའི་རྒྱ་ཙམ་ལས་མེད་  
 པ་སྒྲིལ་ཅི་དགོས། འོན་ཀྱང་། གུས་ཅག་དང་སྐལ་བ་མཉམ་པ་འགའ་ཞིག་ལ་ཕན་པ་རེ་འབྱུང་སྲིད་  
 ཆོ་དེ་ནི་ཡད་པ་ལ་ཐུན་སྦྱོར་མ་དམ་པ་ཡོད་ཆེན་བརྟན་པའི་སྦྱོན་མེ་མཆོག་དང་། དགེ་བའི་བཤེས་གཉེན་  
 དག་གི་བཀའ་དྲིན་ཉག་གཅིག་ལས་བྱུང་བ་ཡིན་སྟབས་ཁོང་རྣམ་པའི་བྱུགས་མཉེས་པའི་མཆོད་སྦྱིན་དུ་  
 འགྱུར་བ་དང་། འཇིག་རྟེན་ཀྱན་དུ་དགེ་བའི་སྦྱོན་འདུན་བྱགས་དག་དང་བཅས། མཛུལ། ॥ ॥

༄༅། ཐལ་ཕྱེང་ནོར་བུའི་དོ་གཤམ།

---

ཚོམ་སྒྲིག་ཚོགས་ཚུང་།

སྒོ་བ་སྟོན་པ། དགེ་བཀྲ་ཤིས་བསོད་ནམས། དགེ་དཀོན་མཆོག་གྱ་མཚོ།

ལག་བསྟར་ཚོམ་སྒྲིག་པ། ཨ་ལགས་མཁས་ཚང་། ཆབ་ཚང་འཇམ་དཔལ།

མཐའ་མ་དར་གྱས། རོང་བ་ཡེ་ཤེས།

སྒོ་ག་ཁྱད་འགན་འཛིན་དང་སྒོ་ག་ཁྱད་སྦྱིའི་བཀོད་སྒྲིག་པ།

གཟའ་རུ་དར་གྱས།

སྒོ་ག་ཁྱད་དུ་འཇུག་མཁན། འདི་གའི་སྒོ་ག་ཁྱད་ཇི་ཚན།

དཔར་ཐེངས། དང་པོ།

དཔར་གྲངས། ༥༠༠

དཔེ་སྐྱུན་བུ་ཡུལ། རྒྱ་གར་ཨར་ཁུ་ནའ་ ARCHANA དཔེ་སྐྱུན་ཁང་། New Delhi-110 020 (INDIA)

པར་དབང་། བཞུགས་སྐར་གི་དྲིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་།

---

འཕགས་ཡུལ་གི་དྲིའི་བྱེས་པ་གྲ་ཚང་གི་དེ་བ་སྦྱིའི་འདོན་ཐེངས་བརྒྱ་དང་དྲུག་པ།

ཐལ་ཕྱེང་ནོར་བུའི་དོ་གཤམ། སྤེལ་ཆ། ཕྱི་ལོ་ ༢༠༡༠ ཟླ་ ༡༢ ཚེས་ ༡༠ ལ།







མཆད་གྱིས་ཁྲུང་ལཱ་དང་པོའི་བཀའ་གྱི་རྒྱུ་ནས་ཐོབ་པའི་ལོ་ཤམ།

[illegible][illegible][illegible]